ADINA CHELCEA

SEPTIMIU CHELCEA

CUNOAȘTEREA DE SINE — CONDIȚIE A ÎNȚELEPCIUNII

EDITURA ALBATROS

Cercetarea ştiinţifică nu înregistrează faptele direct observabile decît pentru a face vizibil ceea ce este de profunzime • Om simplu, adică — psihologic — extrem de complex • Simţul datoriei nu reprezintă nimic altceva decît bunul-simţ în relaţiile cu ceilalţi, cu societatea • Inteligenţă socială: a şti cînd să inovezi şi cînd să te conformezi • Să-l ajuţi pe cel ce-ţi cere sprijin este o datorie; să faci acelaşi lucru pentru cel care îţi refuză ajutorul este o artă • Compară-te cu cei mai capabili decît tine; astfel ajungi ca ei! Nu munceşti prea mult dacă ai timp să te vaiţi de oboseală! • Secretul succesului: să ştii să pierzi cu demnitate şi să cîştigi cu modestie •

colecţia cristal

Lei 12,50

„În limitele stabilite de propriile noastre aptitudini, trebuie să ne străduim să fim eminenți, să realizăm maximul a ceea ce sîntem în stare."

HANS SELYE

CUVÎNT ÎNAINTE

Nimic nu poate fi mai fascinant decît universul uman. Sofocle, marele poet tragic al antichității grecești, în urmă cu aproape 2500 de ani, spunea: „În lume sînt multe, mari minuni, dar nu mai mari ca omul". De-a lungul secolelor, efortul de autocunoaștere nu a încetat nici o clipă. Dispariția reflecției despre om echivalează cu însăși moartea lui. Cît timp va exista viață pe Pămînt, condiția umană va fi continuu cercetată. „Cunoașterea de sine este prima condiție a înțelepciunii" (K. Marx).

În ultimele decenii, studiile de psihofiziologie, psihologie și psihosociologie au pus în lumină noi și noi dimensiuni, laturi și aspecte ale vieții psihice umane, confirmînd valabilitatea concepției materialist-dialectice și istorice despre om, natură și societate.

Din multitudinea cercetărilor moderne asupra universului uman am selectat spre a fi prezentate doar acele studii și articole care, prin informația lor, tind să schimbe imaginea tradițională despre mecanismele și procesele psihice, propunînd o viziune inedită despre om.

Nu am intenționat să elaborăm un manual și nici nu credem că volumul „Cunoașterea de sine — condiție a înțelepciunii" *trebuie citit cu creionul în mînă, pagină cu pagină, în ordinea sumarului. Lectura lui poate să înceapă de la capitolul sau paragraful care pare mai interesant.*

Ne va bucura însă nespus dacă cititorii — în mod deosebit tinerii, cărora le dedicăm lucrarea noastră — vor trece, atrași de problemele discutate, de la un capitol la altul, dacă vor găsi subiecte de reflecție și, parcurgînd lucrarea, se vor îmbogăți spiritual și se vor cunoaște mai bine pe ei înșiși.

psiholog Adina CHELCEA
conf. univ. dr. Septimiu CHELCEA

Capitolul I

DIN TAINELE MATERIEI SUPERIOR ORGANIZATE

1. REVELAȚIILE NEUROCHIMIEI CEREBRALE

Transmisia chimică a influxului nervos

În ultimele decenii, cunoașterea creierului uman a străbătut mai multe etape, fiecare nouă descoperire însemnînd un pas înainte în descifrarea mecanismelor complexe ale acestui organ, unic în ceea ce privește funcționarea și modul de organizare. Pe măsura aprofundării cunoașterii sistemului nervos se găsesc noi date referitoare la mecanismele neurochimice care stau la baza reacțiilor și comportamentelor noastre. Fiecare dintre cele cca 15—20 miliarde de celule nervoase, ce alcătuiesc creierul uman, reprezintă veritabile laboratoare, unde au loc prelucrarea, trierea, gradarea și integrarea informațiilor care circulă în organism. În general, neuronul are o alcătuire oarecum simplă, părțile componente ale acestuia fiind corpul celular și prelungirile, care sînt de două feluri: dendritele — ramificații mai scurte, ajungînd pînă la cîțiva milimetri — și axonul, ce pornește direct de la baza corpului celular (fig.1) Spre deosebire de dendrite, axonul este mai lung, în general de cîțiva centimetri, însă la om poate ajunge și pînă la 1—1,5 m, diametrul acestuia variind între 0,5—22 μ. Pe baza celor trei proprietăți fundamentale ale neuronilor, și anume *excitabilitatea* — capacitatea de a răspunde prompt la o stimulare prin producerea influxului nervos —, *conductibilitatea* — capacitatea de a conduce rapid și fără pierderi acest influx de-a lungul prelungirilor neuronului — și *transmisibilitatea* —capacitatea de a transmite influxul nervos la alte celule, în ciuda spațiului care le separă —, sistemul nervos își poate îndeplini funcțiile de reglare a activității organismului și de reflectare a realității obiective.

Influxul nervos, comparabil cu curentul electric — deși de altă natură, încă insuficient cunoscută —, a reținut aten-

ția cercetătorilor, care au constatat că acesta nu trece direct de la un neuron la altul, așa cum se întîmplă, de exemplu, cu firele electrice cînd se ating. Studiindu-se transmisia chimică a influxului nervos, s-a constatat că neuronii nu vin în contact unii cu alții: capătul axonului sau butonul terminal nu

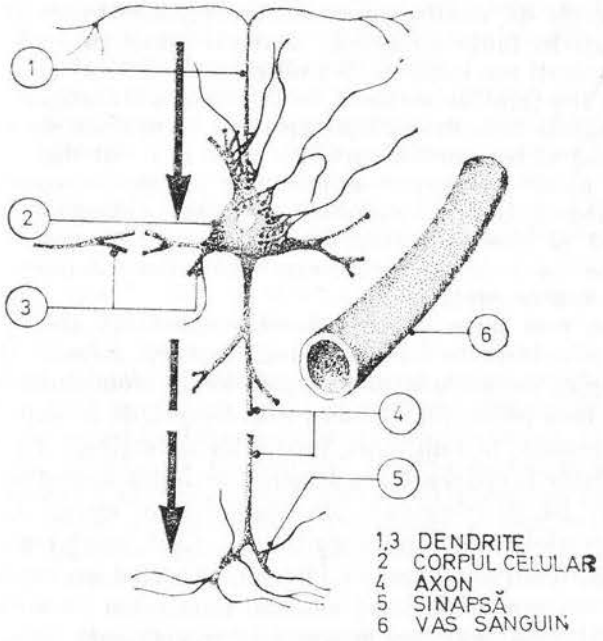


Fig. 1. Neuronul și principalele sale componente: dendritele (1—3), corpul celular (2), axonul (4). Săgețile arată direcția de propagare a influxului nervos.

atinge neuronul următor, între ei existînd un spațiu care îi separă, denumit sinapsă sau fantă sinaptică. Acest spațiu are aproximativ 500 Å (unitate de măsură pentru lungimi de undă, egală cu a zecea milioana parte dintr-un milimetru). În momentul în care influxul nervos ajunge la capătul axonului se declanșează eliberarea unor substanțe chimice al căror rol este de a ajuta traversarea fantei sinaptice pînă la neuronul următor, înlesnind astfel propagarea influxului nervos. Substanțele chimice care facilitează circulația influ-

xului nervos. de la un neuron la altul au fost denumite *substanțe neurotransmițătoare*. Au fost identificate, unele după altele, noradrenalina, serotonina, dopamina, acidul gamaaminobutiric; în prezent se cunosc peste 20 de substanțe neurotransmițătoare. Analiza acțiunii acestor substanțe a dus la stabilirea unor legi ale excitării chimice a neuronilor. În funcție de cantitatea și calitatea neurotransmițătorilor eliberați în fanta sinaptică, neuronii aflați în contiguitate sînt excitați sau inhibați. S-a observat, de asemenea, că după cîteva fracțiuni de secundă de la trecerea influxului nervos, substanțele neurotransmițătoare sînt recuperate de butonul terminal al neuronului care le-a emis sau sînt distruse.

O nouă descoperire a făcut să progreseze cunoașterea neurologică: în fanta sinaptică, neuronii în stare de excitație elimină și alte substanțe, cu rol și caracteristici biologice diferite de cele ale neurotransmițătorilor, denumite *substanțe neuromodulatoare*.

Cea mai mare parte a acestor substanțe sînt peptide, adică sînt formate dintr-un număr restrîns de acizi aminați. Principiul de acțiune al substanțelor neuromodulatoare nu a fost încă pe deplin elucidat, însă cercetările recente lasă să se întrevadă, în linii mari, modul lor de acțiune. Un neuromodulator favorizează sau frînează acțiunea neurotransmițătorilor. Să ne imaginăm, de exemplu, un circuit neuronal pe care să-l denumim „circuitul *A*". Cînd acest circuit este activat, neuronii comunică între ei, eliberînd un neurotransmițător, cum ar fi noradrenalina. Cantitatea de noradrenalină eliberată de fiecare neuron este recepționată de neuronul următor, determinîndu-se astfel ritmul influxului nervos. Să presupunem că acest ritm este programat pentru a excita, într-o manieră permanentă și regulată, mușchii laringelui unei păsări sau, altfel spus, pentru a participa la mișcările respiratorii ale acesteia. Primăvara, sezonul împerecherii păsărilor, hipotalamusul — formațiune nervoasă cu rol de control al comportamentului de reproducere — va fi excitat de stimulii vizuali, termici etc. El va răspunde prin activarea glandelor implicate în funcția de reproducere. Acestea, la rîndul lor, vor provoca eliberarea unui neuromodulator, care va potența acțiunea neurotransmițătorilor. Astfel, cu aceeași cantitate de noradrenalină, neuronii din „circuitul

A" vor acționa într-un ritm mai accelerat. Respectiva accelerare va pune în funcțiune un grup de neuroni subordonați „circuitului *A*", grup care, în condiții normale, rămîne inactiv. Intrarea în funcțiune a celulelor nervoase „satelite" va modifica și va diversifica programarea „circuitului *A*": musculatura laringelui nu va mai fi acționată doar pentru nevoia de respirație, ci se va contracta într-o manieră particulară, proprie fiecărei specii, pentru a „produce" cîntecul nupțial. Iată cum peptidele controlează cîntul păsărilor...

Cercetările asupra neuropeptidelor ne permit să înțelegem mai bine interacțiunea dintre neuroni, schimbînd imaginea tradițională despre fiziologia creierului, imagine bazată pe cercetările neurobiologice efectuate pe animale inferioare, situate pe primele trepte ale evoluției filogenetice. Cercetările moderne pe animale superioare au dus la descoperirea în hipotalamus a unor celule neurosecretoare, cu activitate glandulară. S-a stabilit că neuronii din creier, inclusiv din creierul uman, produc peptide care se comportă ca veritabili hormoni. Vechea teorie care postula demarcația netă între neuroni și celulele glandulare este pusă astăzi sub semnul întrebării. Unii specialiști susțin că neuronii sînt celule glandulare care secretă substanțe în ramificațiile axonice, în timp ce celulele glandulare propriu-zise elimină hormonii în sistemul vascular sanguin, fiind vehiculați în întregul organism. Conform opiniei lor, nu ritmul influxului, ci cantitatea de substanțe chimice eliberate și persistența prezenței lor în sinapsă ar condiționa semnalul nervos. Fără îndoială, așa cum opina dr. Jacqueline Renaud (vezi *Science et vie*, dec., 1983), acest mod de a privi lucrurile este mult mai nuanțat și mai cuprinzător decît teoria tradițională a propagării influxului nervos.

Progresele actuale în cunoașterea transmiterii influxului nervos au fost posibile datorită microscopiei electronice, care a permis să se constate prezența unor minuscule granule conținînd neuromodulatori pe o parte din axonii neuronali. Cînd neuronul este excitat, influxul nervos ce parcurge axonul ajunge la aceste vezicule, eliminîndu-se conținutul lor chimic, întocmai ca și veziculele butonilor terminali care eliberează neurotransmițători în spațiul sinaptic. Substanțele neuromodulatoare eliberate de minusculele vezicule de pe axoni se răspîndesc în spațiul intercelular, intrînd în contact cu membranele celulelor înconjurătoare. Diseminați pe toată

suprafața membranelor neuronale, acești receptori sînt mai puțin numeroși, deși rolul lor este la fel de important: reglarea activității neuronale. Cu alte cuvinte, substanțele eliminate de veziculele axonice activează toți neuronii cu care vin în contact. Aceasta este o descoperire excepțională, permițînd concluzia că acțiunea substanțelor neuromodulatoare se repercutează asupra unei întregi regiuni cerebrale și nu numai asupra celulei nervoase cu care neuronul face sinapsă.

Ipoteza acțiunii „glandulare" a neuronilor conduce la o nouă viziune asupra activității creierului ca o „supraglandă". Însă substanțele neuromodulatoare nu sînt specifice creierului; ele se găsesc în neuronii cerebrali, dar și în țesuturile viscerale, ceea ce arată că modul lor de funcționare este sistemic; sub anumite influențe — de exemplu în cazul unei situații stresante — ele sînt eliminate simultan în creier și în organism, producînd un efect global, integrat, care determină o anumită conduită sau comportament. Altfel spus, rolul peptidelor ar fi acela de a pune de acord corpul cu activitatea mintală, favorizînd în același timp procesele cerebrale răspunzătoare de un anumit comportament și modificarea organismului în concordanță cu acesta.

Neurochimia cerebrală și afectivitatea

Stările afective — emoțiile, sentimentele, dragostea și ura, gelozia sau tristețea etc. — sînt dependente de activitatea cerebrală. Fără îndoială, afectele au un conținut reflectoriu, dar, ca orice proces psihic, țin și de subiectivitatea individului, de personalitatea lui. Unii se îndrăgostesc la prima vedere, alții, pe nesimțite, transformă prietenia în dragoste ș.a.m.d. La fel, despărțirea poate fi bruscă și definitivă sau cu reveniri și intensități variate, dragostea pierzîndu-se în timp. Despre capriciile dragostei, dictate de neurochimia cerebrală, s-a ocupat psihiatrul american dr. Liebowitz (vezi *Science et vie*, nr. 789 din 1983).

Dr. Liebowitz susține că substanțele elaborate de creier acționează asupra circuitelor nervoase responsabile de stările afective, astfel că diferențele individuale, felul de a fi al fiecăruia rezultă din caracteristicile neurochimice cerebrale. De exemplu, endorfinele — „morfine" naturale secretate de organismul uman — reduc activitatea neuronilor implicați

în mecanismele sensibilității dolorifice. Feniletilamina (FEA) reprezintă un stimulent pentru neuronii implicați în stările de excitație. Alte substanțe sporesc starea de anxietate, frînînd activitatea neuronilor inhibatori. Într-un cuvînt, viața afectivă este dependentă, într-o anumită măsură, de „drogurile" endogene: bucuria și tristețea rezultă prin activarea sistemelor neurochimice de către stimulii cu valoare emoțională.

Tuturor organismelor animale, ca de altfel și omului, le sînt necesare emoțiile, pentru că acestea stimulează activitatea biologică, elaborînd răspunsuri eficiente în concordanță cu stimulii din mediul înconjurător: emoțiile accelerează ritmul cardiac și respirator, mobilizează rezervele biochimice, care, intrate în fluxul sanguin, aduc spre mușchi și spre celelalte organe un surplus de energie. Prin aceasta, emoțiile au un rol adaptativ atît pentru individ, cît și pentru specie. La om, ele pot fi declanșate nu numai de stimulii naturali, ci și de simboluri: un cuvînt, o imagine, un semn.

Creierul uman organizează viața afectivă, în principal, prin două zone: lobul limbic și hipotalamusul (fig.2). Aceste formațiuni cerebrale, situate sub fața internă a fiecărei emisfere cerebrale, poartă numele de paleocortex, deoarece, cu unele excepții, ele se întîlnesc la toate vertebratele, fapt ce atestă importanța lor pentru supraviețuire.

Încă de la naștere, paleocortexul funcționează, răspunzînd la stimuli precișii și inducînd starea de bine, de confort (satisfacerea trebuințelor de hrană, de somn etc.) sau de anxietate (nesatisfacerea acestor trebuințe primare). Cu timpul, pe măsura maturizării individului, experiențele de viață, asociate stării de bine sau de disconfort, sînt memorizate, suprapunîndu-se peste emoțiile „memorate" de specie. Toate percepțiile noi sînt comparate cu aceste „memorii" înnăscute, fie plăcere, fie suferință. La rîndul lor, noile percepții sînt fixate mnemic, îmbogățind experiența individului. Cu cît o persoană posedă o memorie „mai fericită", cu atît ea are șanse ca prin noi stimuli să trăiască emoții pozitive și invers.

Zona „memoriei" lobului limbic, care va declanșa activarea emoțională în cazul percepțiilor, se situează la nivelul celei de-a cincea circumvoluții temporale, între cortex și formațiunea arhaică a hipocampului. Pe cale experimentală,

s-a dovedit că leziunea acestei zone provoacă dezordine emoțională. În mod deosebit, septum-ul și nucleul amigdalian din lobul limbic au funcții de declanșare, după caz, fie a stării afective pozitive — plăcere —, fie negative — suferință, neliniște.

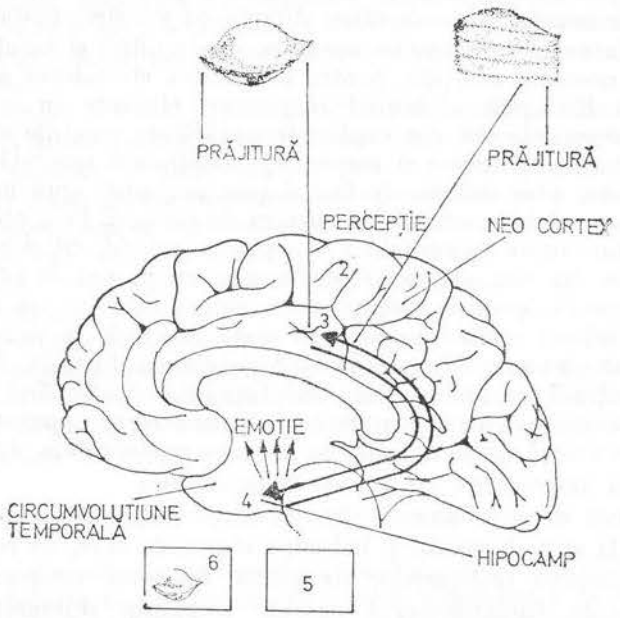


Fig. 2. Neurofiziologia emoțiilor: perceperea obiectelor (1); activarea celulelor și fibrelor nervoase din cortex (2); transmiterea informației la lobul limbic (3); influxul nervos ajunge la cea de-a cincea circumvoluție temporală (din apropierea hipocampului) — sediul „memoriei" emoțiilor înnăscute și dobîndite în cursul vieții (4); dacă informația nu corespunde nici unei imagini „memorate", are loc o percepere neutră a lor (5); dacă noua percepție se suprapune mai mult sau mai puțin peste o imagine „memorată", atunci se declanșează o emoție pozitivă (6).

Centrul nervos al plăcerii este, pînă în prezent, mai bine cunoscut decît cel al suferinței. Fiziologul J. Olds a descoperit accidental, în 1954, o zonă cerebrală responsabilă de stările afective pozitive, pe care a denumit-o „zona plăcerii" sau sistemul de recompensă. Implantînd în creierul șoarecilor electrozi, cuplați cu o pedală pe care animalele de experiență o puteau acționa, J. Olds a constatat că șoarecii apăsau continuu pe această pedală, semn că stimularea electrică a zonei respective le produce plăcere. Animalele de experiență preferau să apese pe pedală decît să consume hrana sau să intre în contact cu partenerii lor. Numeroase cercetări de acest fel au dus la concluzia că septum-ul, formațiune cerebrală foarte veche, situată înaintea lobului limbic, joacă rolul central în producerea emoțiilor pozitive.

Și la om, în situații experimentale similare, s-a observat același comportament, subiecții declarînd că simt o stare de plăcere greu de redat în cuvinte.

Aceste descoperiri au fost utilizate în diferite scopuri, în mod deosebit pentru studierea mecanismelor învățării. Se știe că animalele sînt motivate prin acordarea unei recompense. În experiențele la care ne-am referit, animalele care aveau implantați electrozi în septum, cînd reușeau într-o sarcină experimentală, puteau apăsa pe pedală, ceea ce reprezenta sistemul lor de recompensă. S-a constatat că neuronii stimulați electric produc neurotransmițători de tipul noradrenalinei sau dopaminei. Același efect se obține și prin administrarea de amfetamine — o clasă de substanțe care acționează prin eliberarea de noradrenalină sau dopamină cu efect stimulator asupra sistemului nervos central. Un stimul care, în mod obișnuit, este resimțit de animal ca o excitație neutră devine sursă de plăcere cînd animalului i se administrează amfetamine, acestea stimulînd secreția de noradrenalină, ale cărei căi trec prin „centrul recompensei" (al plăcerii) din hipotalamus.

În ipoteza dr. Liebowitz se susține că emoțiile agreabile (activarea sistemului limbic de către o percepție care coincide, cel puțin în parte, cu o amintire plăcută) antrenează eliberarea feniletilaminei în creier, în zona septum-ului, avînd același rol ca și amfetaminele. Neuronii din septum recepționează stimulii veniți din diverse zone ale creierului. Acești stimuli acționează sub forma eliberării de noradrenalină.

În stadiul actual al cunoștințelor, ipoteza dr. Liebowitz nu poate fi complet verificată. De asemenea, unele dintre considerațiile referitoare la psihologia cuplurilor de îndrăgostiți nasc serioase semne de întrebare. Se poate susține, într-adevăr, cu argumente științifice, că există o diferență

fundamentală între emoțiile pozitive din perioada de atracție și cea de atașament?

Fără îndoială, trăirile psihice din primele momente ale înfiripării sentimentelor de dragoste au alt conținut decît afecțiunea născută din atașamentul perechilor de îndrăgostiți. A stabili însă o corespondență între conținutul trăirilor psihice și procesele neurochimice cerebrale ni se pare a fi cel puțin o ipoteză îndrăzneață. Dr. Liebowitz crede că „luna de miere" s-ar afla sub acțiunea sporită a neurotransmițătorilor, în special noradrenalină și dopamină, care furnizează energia pentru acțiunile dezlănțuite ale partenerilor. Conform ipotezei sale, ar exista o similitudine între comportamentul amoros din această fază și manifestările psihiatrice, caracterizate prin excitabilitate euforică și idei delirante. Și într-un caz, și în celălalt ar fi vorba de o perturbare a funcțiilor neurotransmițătorilor, de supradozarea lor cerebrală.

În faza a doua, în perioada de atașament, partenerii cuplurilor maritale nu mai caută noutatea, ci prezența celuilalt: trebuința de a fi împreună apare în prim plan. Se instaurează un tip de dependență reciprocă. Orice separare generează disconfort psihic (tristețe, depresie, angoasă). Psihologic, acest atașament a fost comparat cu legătura afectivă mamă-copil.

Centrul nervos al suferinței este mai puțin cunoscut decît centrul plăcerii. Din punct de vedere morfofiziologic, „locus coeruleus", o formațiune nervoasă din substanța reticulară a trunchiului cerebral, se pare că are un rol antagonic centrului plăcerii din septum (fig. 3). Fibrele nervoase „locus coeruleus", distribuite în toată masa cerebrală, inclusiv în cortex, au proprietatea de a elibera noradrenalină. Recent, s-a descoperit un grup de celule care produc o „substanță *P*", cu funcții modulatoare ca și endorfinele, dar cu acțiune opusă. Aceste celule sînt dispuse în fibre nervoase ce trec din mezencefal în talamus pînă în lobul frontal. Ipoteza că „substanța P" ar reprezenta substratul biologic al senzațiilor dolorifice, fizice și psihice este plauzibilă, fapt ce impune acceptarea, cu titlu provizoriu, a ideii că anxietatea, tristețea, suferința — resimțite în momentul despărțirii partenerilor — ar fi în legătură cu activarea sistemului „substanței *P*".

Dincolo de elementele teoretice, care se cer aprofundate, și de rezultatele experimentale, ce impun verificări repetate,

studiul mecanismelor neurochimice lasă să se întrezărească posibilitatea intervenției medicamentoase în echilibrarea stărilor afective, ceea ce, trebuie să recunoaștem, nu este puțin.

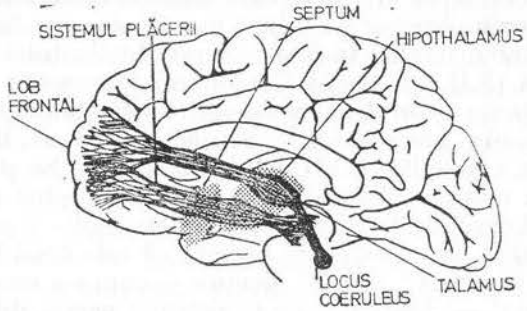


Fig. 3. Morfofiziologia cerebrală a emoțiilor pozitive și negative. În cazul emoțiilor pozitive, sistemul limbic activează o vastă rețea de celule și fibre nervoase din trunchiul cerebral („sistemul plăcerii") cu sediul în septum, eliberîndu-se endorfine. Cînd se înregistrează o emoție negativă, este stimulat „sistemul de angoasă", cu centrul în „locus coeruleus" care eliberează „substanța P", ce intervine în neurofiziologia durerii.

„Morfinele cerebrale" și controlul senzațiilor dureroase

Cine nu a auzit de efectele analgezice ale morfinei — principiul activ al opiului? Utilizată în lupta contra durerii, mai ales în ultimele faze ale maladiei canceroase, morfina se extrage din capsulele de mac, o plantă din familia papaveraceelor. Deci morfina este de origine vegetală. S-a descoperit, însă, în 1970, că și regnul animal produce „morfine". În corpul nevertebratelor, ca și al vertebratelor — inclusiv la om — se găsesc substanțe care au efecte asemănătoare cu morfina de origine vegetală. Aceste substanțe, denumite encefaline sau endorfine, sînt supranumite „morfine endogene" sau „morfine cerebrale".

Pe scurt, istoricul descoperirii „morfinelor cerebrale" începe în urmă cu mai bine de un deceniu. Atunci, în 1973, cercetările efectuate de Lars Terenius în laboratoarele din Suedia și de dr. Sol Snyder (Baltimore, S.U.A.) au arătat că în creier

există receptori pentru morfină, mai precis, anumite molecule situate la suprafața celulelor nervoase.

În 1975, J. Hughes și H. Kosterlitz (Marea Britanie) au pus în evidență primele „morfine" din creier, substanțe naturale prezente în creier și care mimează efectele alcaloizilor din opiu. Acestea au primit numele de „encefaline". Un an mai tîrziu, lucrînd în laboratoarele Institutului Salk din California (S.U.A.), Roger Guillemin a descoperit în creier alte substanțe naturale, care au aceleași efecte ca și morfina denumindu-le „endorfine". Pentru activitatea sa, dr. Roger Guillemin a primit, în 1977, Premiul Nobel. Se știe azi că receptorii morfinei, identificați în creier începînd din 1973, nu sînt altceva decît receptori pentru encefaline și endorfine. De asemenea, se cunoaște în prezent că cele două tipuri de „morfine cerebrale" nu sînt identice — cum s-a crezut la un moment dat —, repartiția lor în sistemul nervos diferă; durata de viață (cîteva minute pentru encefaline, față de cîteva ore pentru endorfine), ca și funcțiile fiziologice sînt net diferențiate. Totodată, s-a stabilit că, din punct de vedere biochimic, encefalinele sînt peptide, avînd o formulă chimică inconfundabilă cu cea a morfinei, care este un alcaloid. Totuși, așa cum a demonstrat în 1975 Bernard Roques (Franța), moleculele de morfină și de encefalină au, în spațiu, forme asemănătoare. S-au identificat două feluri de encefaline și cinci de endorfine.

Cercetările dr. Jean Rossier de la Institutul național de sănătate și cercetări medicale (Franța) au arătat că în situație de stres hipofiza eliberează β-endorfine. Simultan și în cantități egale, este eliberată o substanță numită corticotropină sau ACTH, care are funcția de stimulare a secreției de corticosteroizi de către glanda corticosuprarenală. Se știe însă că substanțele corticosteroide ajută organismul în cazul leziunilor produse de factorii agresori sau în situație de șoc (accident, panică etc.). Or, așa cum preciza dr. Jean Rossier (vezi *La Recherche*, nr. 138, din 1982), subiecții umani în stare de șoc simt mai puțin durerea. Din aceste constatări s-a tras concluzia că același răspuns fiziologic antrenează atît secreția hormonului antidolorific (β-endorfina), cît și eliberarea hormonilor de luptă contra agresiunii (ACTH). Deși concluzia este seducătoare, ea rămîne totuși doar o ipoteză ce urmează a fi verificată de cercetările viitoare.

Secreția de β-endorfine este acompaniată de eliberarea a încă unui hormon hipofizar: prolactina. În 1977, grupul de cercetători de sub conducerea dr. Roger Guillemin a demonstrat că injectarea de β-endorfină în circuitul sanguin care irigă hipofiza antrenează secreția de prolactină. Ce semnificație are acest lucru? Se știe, încă din 1960, că în starea de stres crește secreția de prolactină. La rîndul ei, prolactina provoacă sporirea metabolismului neurotransmițătorilor cerebrali, facilitînd astfel transmisia de influxuri nervoase. Rezultă, așadar, că secreția de β-endorfină în caz de stres facilitează, indirect, activitatea cerebrală: favorizează reacția rapidă de fugă sau de luptă.

În 1977 s-au pus în evidență circuitele neuronale care utilizează β-endorfina ca neurotransmițător (mesager chimic ce permite trecerea influxului nervos de la un neuron la altul). Aceste circuite sînt localizate în substanța gri periapeductuală (formațiune care intervine în controlul senzațiilor dolorifice) și în sistemul limbic, zonă a creierului implicată în controlul emoțiilor. Substanța gri periapeductuală reprezintă un important releu care intervine în tratarea cerebrală a semnalelor dolorifice. S-a constatat că microinjecții locale cu opiacee în această regiune produc o foarte bună analgezie. Senzațiile dolorifice dispar dacă se administrează substanțe cu acțiune antagonică morfinei. Aceasta sugerează că tratamentul senzațiilor dolorifice în zona amintită depinde de eliberarea de substanțe morfinice, care ar putea fi tocmai β-endorfina conținută în circuitele neuronale locale. Stimularea electrică a substanței gri periapeductuale provoacă și ea analgezie. Pentru prima dată, în 1978, în clinicile din S.U.A., s-a apelat la această metodă ca terapie în cazul durerilor cronice atroce. S-a formulat ipoteza potrivit căreia analgezia produsă prin stimularea electrică se realizează tot prin intermediul secreției de β-endorfină (Y. Hosobushi, 1979). Conform cercetărilor de ultimă oră, rămîne în afara oricărui semn de întrebare faptul că β-endorfina are proprietăți analgezice.

Encefalinele, care se găsesc în mai multe zone ale creierului decît endorfinele, în glandele suprarenale și în hipofiză, au funcții fiziologice multiple. Eliberarea de encefalină, prin secreția glandelor suprarenale, corespunde emisiei de β-endorfină la nivelul hipofizei. Ambele „morfine endogene" sînt produ-

se ca răspuns unei situații stresante. De altfel, așa cum se știe, glandele suprarenale sînt solicitate în caz de agresiune împotriva organismului. Ele eliberează hormoni — adrenalină și noradrenalină — care stimulează cordul, sistemul muscular etc., favorizînd un răspuns global și rapid din partea organismului aflat în primejdie.

Encefalinele conținute în hipofiza posterioară intervin în metabolismul hormonilor care controlează presiunea sanguină, excreția urinară, contracția uterului etc. Rezultatele unor cercetări recente (Vanderhaegen, 1982) au dovedit că secreția de encefaline are rol de feed-back (retroacțiune) pentru limitarea emisiei acestor hormoni.

În fine, T.M. Jesell și L.L. Iversen au descoperit, în 1977, că encefalinele pot bloca semnalele dolorifice. De fapt, rolul encefalinelor de neurotransmițător al influxului nervos care inhibă senzația de durere la nivelul măduvei spinării reprezintă funcția lor esențială. Durata scurtă de viață — encefalinele se degradează în cîteva minute — corespunde rolului lor de substanțe neurotransmițătoare. Dacă s-ar încetini viteza de degradare a acestora, encefalinele ar putea fi folosite în tratamentul antidolorific. Este tocmai ceea ce au reușit să obțină Bernard Roques și Jean Charles Schwartz în laboratoarele din Franța în anul 1980. S-a găsit, așadar, o utilizare practică extrem de promițătoare.

Mecanismul neurochimic al depresiei psihice

Mai mult de două persoane dintr-o sută suferă de depresie nervoasă, mai exact 1,3% dintre bărbați și 3,3% dintre femei — este concluzia unui studiu efectuat în Danemarca, în 1975, în care a fost cuprinsă toată populația în vîrstă de peste 15 ani.

Dar ce caracterizează persoanele deprimate psihic? Simptomul principal nu-l reprezintă, așa cum s-ar părea, anxietatea și nici suferința, ci o intensă oboseală. Afirmația se bazează pe analizele făcute de către prof. Daniel Widlocher de la Spitalul Salpétrière din Paris, după care principalul indiciu al comportamentului depresiv ar fi încetinirea reacțiilor psihomotorii. Bolnavul depresiv — afirmă profesorul parizian — se mișcă puțin și lent, figura sa este împietrită, privirea fixă, vorbirea rară, iar gîndirea înceată. El lasă impresia

că percepe greu ceea ce se întîmplă în mediul social în care trăiește, reacționînd cu întîrziere la stimulii din lumea înconjurătoare. Această lentoare a mecanismelor psihomotorii este acompaniată de anxietate, durere, de sentimente de culpabilitate și de devalorizare a propriei persoane.

Psihiatrii au încercat, de mai multă vreme, clasificarea stărilor de depresie nervoasă, luînd în considerare diferiți factori, cum ar fi cauzele, simptomele, evoluția maladiei etc. S-a vorbit de depresii endogene, în care elementele interne, proprii individului, joacă un rol determinant în declanșarea bolii, de depresii exogene, în care esențialul îl reprezintă reacțiile declanșate de evenimentele exterioare, sau de depresii nevrotice, în care este incriminată structura psihică a individului. În prezent, cercetările din acest domeniu au luat o altă turnură. Majoritatea specialiștilor consideră că depresiile nervoase sînt declanșate de factori foarte diverși, atît biologici, cît și psihologici, ambele categorii fiind răspunzătoare, în proporții diferite, de îmbolnăvire.

Medicamentele antidepresive au efect pozitiv în 60—70% dintre cazuri, chiar și atunci cînd terapia medicamentoasă este prelungită cîteva luni de zile pentru a se evita recidiva (fig. 4). Întrebîndu-se de ce medicamentele antidepresive sînt eficace doar în această proporție, unii specialiști au avansat ipoteza că cei rezistenți la medicația antidepresivă ar fi adevărații depresivi, că boala trebuie să se definească în funcție de medicamentele administrate. Dar ele nu sînt decît un antidot; ele pot, cel mult, să ajute la înțelegerea mecanismelor de îmbolnăvire. Primele medicamente antidepresive au apărut în urmă cu aproape 30 de ani, mai exact în 1957. Ele au fost descoperite oarecum întîmplător, iar acțiunea lor nu este încă pe deplin elucidată. Primul și cel mai cunoscut medicament antidepresiv este clorpromazina sau largactilul, utilizat pentru prima dată în tratamentul chimic al psihozelor de către dr. Delay și Deniker la Spitalul Sainte-Anne din Paris. În același timp, în Laboratoarele Geigy din Elveția se încearcă sintetizarea unei noi substanțe, capabilă, ca și largactilul, să calmeze agitația și delirul psihotic. Astfel, Roland Kühn utilizează imiramina (cunoscută pe piața medicamentelor ca „Tofranil") pentru combaterea anumitor cazuri de depresii. A doua mare familie de medicamente antidepresive, cu acțiune de inhibare a monoaminooxidazei, a fost și ea descoperită tot datorită unei observații întîmplătoare:

medicii au remarcat că administrînd medicamente antituberculoase se obține o ameliorare a stării generale — sporirea apetitului, ridicarea tonusului psihic etc. — înainte ca medicamentele respective să acționeze asupra bacilului tu-

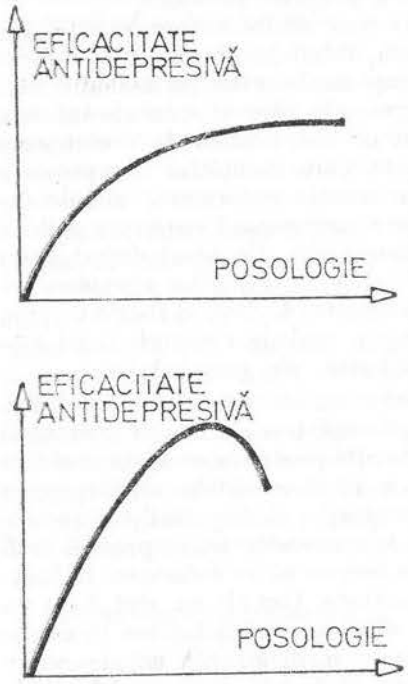


Fig. 4. Eficacitatea medicamentelor antidepresive nu crește direct proporțional cu concentrația lor în plasma sanguină. Pentru unele efectul scade cînd se depășește o anumită doză (curba de sus). La aceeași doză concentrația în plasma sanguină variază de la o persoană la alta (curba de jos), fapt pentru care trebuie să se stabilească doza terapeutică pentru fiecare pacient în parte.

berculozei. Mai tîrziu, biochimiștii au descoperit că aceste medicamente au capacitatea de a inhiba o enzimă care degradează unul dintre neurotransmițători, monoaminooxidaza. Cele două mari familii de antidepresive au acțiune sedativă, dar și efecte secundare nedorite: scăderea tensiunii arteriale, dereglări stomacale etc.

În ultimele decenii, o atenție deosebită s-a acordat proceselor chimice implicate în transmiterea influxurilor nervoase în rețelele neuronale, cercetările psihofiziologice evidențiind faptul că transmisiile sinaptice sînt asigurate prin intrarea în funcțiune a unor substanțe chimice, denumite mediatori sau neurotransmițători. În prezent se cunosc mai mult

de zece asemenea substanțe. Astfel, formațiunea reticulată din mezencefal, care cuprinde un sistem de activare generalizată a scoarței emisferelor cerebrale, are ca mediator sinaptic noradrenalina; aceasta, împreună cu un alt neurotransmițător — serotonina —, sînt implicate în mecanismele depresiei nervoase.

Pentru fiecare tip de mediator chimic psihofarmacologia dispune de „droguri" — termen ce desemnează toate substanțele cu acțiune asupra funcțiilor biologice ale organismului — care lucrează selectiv, determinînd blocarea sau stimularea secreției mediatorului.

Medicamentele antidepresive relevă un mecanism divers; unele stimulează, altele inhibă secreția neurotransmițătorilor. Dar pentru a înțelege acțiunea medicamentelor antidepresive trebuie văzut cum este asigurată propagarea influxului nervos de la un neuron la altul prin intermediul neuromediatorilor. Trecerea influxului nervos prin sinapsă — zona de joncțiune dintre neuroni — se face în trei etape: eliberarea mediatorului chimic de către neuronii presinaptici; acumularea acestuia în spațiul sinaptic; recepția de către neuronii postsinaptici (fig. 5). Sistemul de eliberare-receptare a neuromediatorului acționează ca o pompă, blocarea sau suprastimularea uneia dintre aceste trei etape fiind urmată de perturbarea în funcționare a structurii nervoase respective.

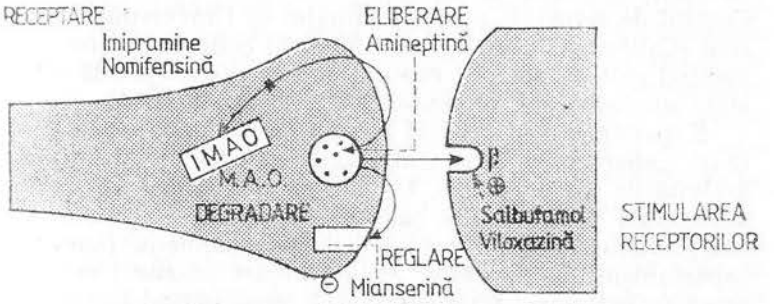


Fig. 5. Trecerea influxului nervos prin sinapsă.

Aceste mecanisme sînt astăzi elucidate. Rămîn însă altele, cunoscute doar parțial, cum ar fi, de pildă, relația dintre comportamentul depresiv, structura neuronală, medicament și vindecare. Anumite date conduc spre o primă concluzie,

și anume faptul că doi mediatori chimici — noradrenalina și serotonina — sînt implicați în mecanismele depresiei nervoase. Astfel, în creierul celor care s-au sinucis s-a găsit o concentrație sporită de noradrenalină și serotonină. Pe de altă parte, în urina și lichidul cefalorahidian al persoanelor depresive s-a măsurat o concentrație ridicată a acestor substanțe.

Cu toate rezultatele obținute în acest domeniu, mecanismul de acțiune a diferitelor sisteme de neurotransmițători rămîne încă o problemă deschisă, el fiind extrem de complicat.

2. DESPRE SOMN ȘI VISE

Temperatura corporală și ritmul veghe-somn

Funcțiile biologice, în marea lor majoritate, au o desfășurare ciclică: contracția cardiacă durează cîteva fracțiuni de secundă, în timp ce unele funcții metabolice se repetă la aproximativ 24 de ore. Între ciclurile circadiene (în limba latină *circa* = aproximativ; dies = zi) se numără și temperatura corporală. Ea fluctuează între orele după-amiezii, cînd atinge un maximum (aproximativ 37°C), și orele dimineții, cînd înregistrează un minimum (36°C). Anumite cicluri au o influență predominantă, acționînd asupra altora. Este cazul temperaturii corporale și al ritmului veghe-somn, recentele cercetări efectuate în Spitalul Montefiore (New York), la Centrul de cercetări asupra somnului al Universității Stanford (California) și la Harvard Medical School (Boston) confirmînd ipoteza potrivit căreia temperatura corporală reprezintă un ciclu care influențează ritmul veghe-somn.

Experiențele au constat în observarea unor subiecți într-un „apartament-laborator", unde aceștia își desfășurau activitățile lor obișnuite. Un sistem de oglinzi cu vedere unilaterală și mai multe camere TV permiteau observarea comportamentului subiecților în fiecare moment. Ferestrele „apartamentului-laborator" erau complet „oarbe", comunicarea cu exteriorul fiind controlată, nepermițînd nici un indiciu asupra momentului din zi sau noapte. Subiecții au fost ținuți într-o lumină artificială uniformă, iar la anumite intervale de timp erau supuși testării psihologice pentru a li se cunoaște nivelul de vigilență sau somnolență, starea de spirit, agresivitatea etc. De asemenea, un calculator electronic înregistra datele referitoare la electroencefalogramă, electrocardiogramă, presiunea arterială, ritmul respirator, rezistența electrică a pielii, compoziția sîngelui în globule albe și roșii în minerale și hormoni etc.

S-a constatat că toți parametrii fiziologici au aceeași evoluție ca și temperatura, starea de vigilență, rapiditatea gîndirii, a memoriei etc. evidențiind puncte comune, după aceleași intervale de timp.

Înainte de a începe experimentul în „apartamentul-laborator", subiecții au fost observați mai multe zile în mediul lor obișnuit de viață, marcat de ciclul zi-noapte, pentru a se putea compara datele de observație cu cele obținute în condițiile suprimării tuturor indiciilor despre ora din zi sau din noapte, subiecții fiind privați de posibilitatea de a măsura scurgerea timpului. În primele 5 zile petrecute în „apartamentul-laborator" subiecții sînt încă „antrenați", în sensul că li se indică ora la care trebuie să se culce sau să se scoale (după 7 ore de somn). Apoi au fost lăsați să se culce și să se scoale cînd doreau (cînd le era somn).

Datele obținute (acestui experiment au fost supuși numeroși subiecți de vîrste diferite — între 20 și 60 de ani — și pe perioade de timp variind între 20 de zile pînă la 6 luni) sînt extrem de numeroase. O parte dintre ele se referă la relația dintre ciclul veghe-somn și temperatură. Eliberat de indicii exteriori ai trecerii timpului (lumina sau întunericul, zgomotul citadin etc.), aparent activitățile subiectului sînt altfel ritmate: cea mai mare parte dintre subiecți prelungesc ziua, amînînd, fără să-și dea seama, cu 30—60 de minute în fiecare zi ora de culcare, iar faza descendentă a temperaturii corporale — legată, în mod obișnuit, de momentul adormirii — este progresiv decalată. Forma ondulatorie a ciclurilor biologice și relațiile lor de fază sînt diferite de ceea ce se întîmplă în condițiile alternanței ritmului zi-noapte.

Șase dintre subiecții observați de echipa de specialiști de la Spitalul Montefiore, condusă de prof. Ch. Czeisler și dr. E. Weitzman, au avut un ciclu veghe-somn de 50 de ore, ceea ce indica o „desincronizare" internă, lăsîndu-se să se creadă că cele două cicluri veghe-somn și temperatura corporală nu au nici o legătură unul cu celălalt. Însă, comparînd mai atent curbele somn-veghe și curba variațiilor temperaturii, s-a observat că subiecții „desincronizați" aveau, în realitate, două tipuri de durată a somnului: un somn „lung", putînd

atinge, în medie, 14—15 ore, și un somn „scurt", de 6—7 ore. Acest ultim tip de somn debuta în faza de început a scăderii temperaturii corporale, iar trezirea survenea în faza de creștere a ei. Stabilind mediile tuturor curbelor obținute, s-a descoperit o regularitate logică: cînd subiecții se așezau în pat pentru a se culca în faza descendentă a temperaturii, somnul dura $7{,}8 \pm 0.30$ ore. Cînd aceștia se culcau în momentul în care temperatura lor corporală se apropia de maximum, somnul avea o durată de $14{,}4 \pm 0{,}30$ ore. Aceeași relație între ciclurile termice și somn rămîne constantă și în cazul accentuării trebuinței de somn a indivizilor. De aici concluzia că fie și numai cunoașterea temperaturii corporale poate oferi o predicție asupra duratei somnului.

Pentru subiecții aparent „desincronizați", la care s-a înregistrat un ciclu veghe-somn de 50 de ore, statistic, momentul cînd merg la culcare coincide cu temperatura mai scăzută. Sinusoida curbei temperaturii corporale este legată, într-o manieră specifică, de ritmul somnului: faza termică nu este determinantă pentru adormire, însă joacă un rol stimulator. Nu este obligatoriu să adormim cînd temperatura corporală devine minimă; putem rămîne în stare de veghe dacă ceea ce facem ne pasionează. De asemenea, trezirea este legată de faza termică: dacă un subiect se culcă în faza descendentă a temperaturii, el se va trezi 6—7 ore mai tîrziu, adică în faza imediat crescută a temperaturii. Dacă, din contră, subiectul se culcă în faza de maximum a temperaturii corporale, el va dormi întregul ciclu termic și se va trezi în faza de maximum a temperaturii, adică după circa 14 ore.

Toate aceste date ridică semne de întrebare asupra naturii biologice a somnului. Pînă acum se credea că trebuința de somn reprezintă compensația în raport cu durata perioadei de veghe precedentă. S-a demonstrat experimental, cu acest prilej, că somnul „recuperator" nu se află în raport cu durata de veghe: chiar după 3 sau 10 zile de activitate continuă, fără odihnă, cu alte cuvinte de nesomn, somnul de recuperare nu a depășit 11—16 ore. Deci organizarea internă a somnului depinde de factorii biologici: mai mult decît oboseala, temperatura corporală internă este determinantă pentru durata perioadei de somn. Însă temperatura corporală nu este o funcție biologică; ea indică, de fapt, modul de funcționare a organelor interne, care reglează ritmul somnului. Nu putem

deci să deschidem fereastra pentru a scădea temperatura și a influența astfel durata somnului.

Pe de altă parte, variațiile curbei termice interne sînt relevante și pentru gradul de vigilență, care atinge cota maximă în perioada de temperatură ridicată și minimă cînd temperatura coboară. Curba stării de vigilență evoluează la fel cu ciclul termic (nivelul de vigilență corespunde nivelului nostru de eficiență fizică și psihică). (fig. 6)

Cercetările întreprinse au permis înțelegerea tulburărilor de somn legate de traversarea diferitelor fuse orare și de munca în schimbul de noapte (cînd se schimbă fusul orar, se provoacă o bulversare a ciclurilor circadiene dependente de indicii exteriori ai evoluției timpului — lumina zilei, diferite activități etc. Această bulversare antrenează o slăbiciune generală, insomnii, diminuarea vigilenței. În mod obișnuit, se revine la normal după 3—4 zile).

De asemenea, experimentele relatate au sugerat noi modalități de tratare a stărilor de depresie psihică, știut fiind că

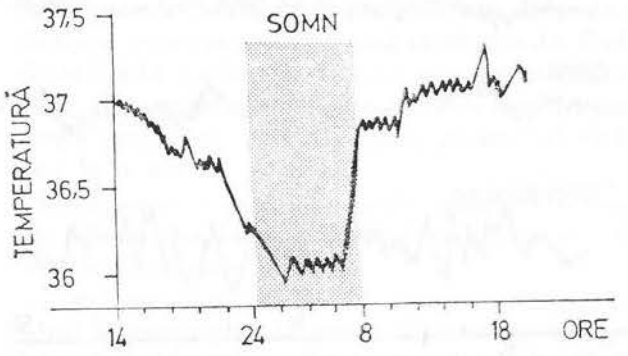


Fig. 6. Somnul urmează curba temperaturii: avem tendința să adormim în a doua jumătate a curbei descendente a temperaturii corporale și să ne trezim cînd temperatura crește.

insomnia reprezintă un semn major în aceste maladii. În sfîrșit, cunoscîndu-se mai bine ritmul veghe-somn și diferitele cicluri biologice, specialiștii speră că modificarea structurii și duratei somnului va constitui în viitor o veritabilă metodă terapeutică.

Utilizarea electroencefalografiei — metodă prin care se pot explora manifestările bioelectrice ale creierului, prin intermediul unor electrozi aplicați pe pielea capului — a permis cunoașterea modificărilor de potențial electric al creierului atît în stare de veghe, cît și în diferite stadii ale somnului. Această metodă a devenit un adjuvant prețios în arsenalul de mijloace folosite de medic în investigarea bolnavului, potențialul electric al creierului fiind diferit la omul sănătos față de cel suferind, dar și un mijloc eficient de cercetare științifică și explorare a creierului uman (fig. 7). Datorită elec-

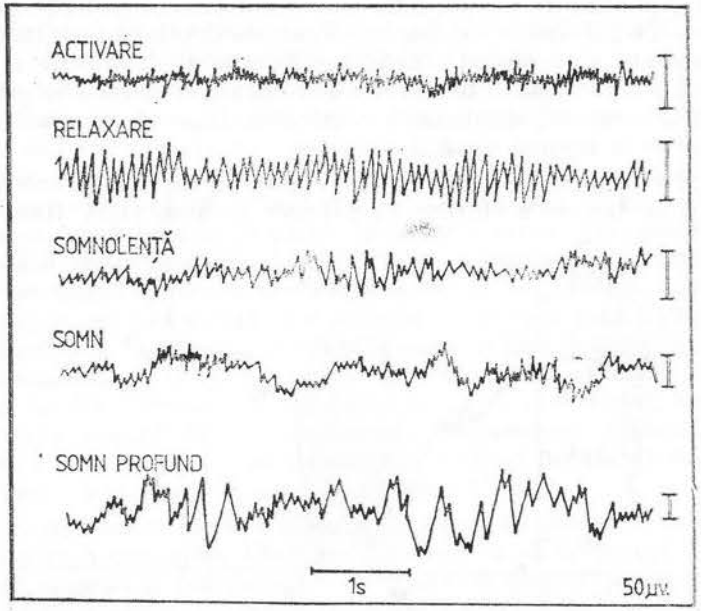


Fig. 7. Tipuri de activitate electrică a creierului; în stare de excitație (activare) traseul electric este alcătuit din ritmuri rapide și de mică amplitudine (ritm beta), iar în stare de repaus (relaxare) predomină ritmul alfa; în somnolență apar unde mai lente, de tip teta, iar în starea de somn, ritmuri lente — delta.

troencefalografiei a fost posibilă și cunoașterea organizării interne a somnului, cuprinzînd două faze distincte: o fază de somn paradoxal sau cu mișcări oculare rapide și una fără astfel de mișcări. Această din urmă fază are mai multe stadii:

stadiul I (unii cercetători care s-au ocupat de psihofiziologia somnului, precum N. Kleitman, M. Jouvet, W. Dement, notează cele 4 stadii cu literele A, B, C, D) corespunde momentelor de declin al stării de veghe, de tranziție între starea de veghe relaxată și starea de somnolență; stadiul II indică starea de somn propriu-zis; stadiile III și IV — grupate sub denumirea de stadiul *delta* — concordă cu stările de somn profund (în acest stadiu electroencefalograma arată prezența undelor delta, cele mai lente potențiale, cu o frecvență de 1—3,5 cicli/s). În timpul somnului de noapte, aceste stadii se succed ciclic, avînd la adult o durată de cca 90 de minute. La tineri, stadiul I însumează cîteva minute, stadiul II este ceva mai lung, iar stadiul delta variază între 30 și 40 de minute. De altfel, stadiul delta poate dura de la cîteva minute pînă la o oră, fiind mai lung în primul ciclu, comparativ cu următoarele cicluri. După 70—90 de minute de somn, se declanșează faza de somn cu mișcări oculare rapide, care durează 1—5 minute. Apoi începe un nou ciclu, în care cele patru stadii se succed și după aproximativ trei ore de somn începe o nouă fază de somn cu mișcări oculare rapide, care, de data aceasta durează ceva mai mult — pînă la 10 minute. Ciclurile se repetă, avînd în medie 90—100 de minute, stadiul delta dispărînd încet, pe măsură ce faza de somn cu mișcări oculare rapide crește progresiv, putînd ajunge, în ultimul ciclu de somn, pînă la o oră.

Deci organizarea internă a somnului prezintă o creștere progresivă a somnului cu mișcări oculare rapide și o diminuare a stadiului cu unde delta.

Experiențele realizate sub conducerea prof. Charles Czeisler în cadrul laboratorului de cronofiziologie de la Spitalul Montefiore (New York) au relevat modificarea organizării interne a somnului în funcție de temperatura corpului în momentul instalării somnului.

În condițiile experimentelor în care subiecții erau izolați, suspendîndu-se orice indiciu exterior al scurgerii timpului, s-a constatat că atunci cînd somnul debutează în momentul de temperatură minimă a corpului fazele somnului cu mișcări oculare rapide apar în primele 50 de minute, acumulîndu-se, în medie, cu 2 ore mai mult somn cu mișcări oculare rapide

decît în cazul somnului care debutează în perioada de maximum termic corporal. Totodată, aceste experimente, ca și cele efectuate de dr. Elliot D. Weitzman, Martin C. Moore ș.a., au evidențiat faptul că descreșterea ritmului delta nu se află într-un raport de concordanță cu curba temperaturii corporale.

Semnificația descoperirii relației dintre temperatura corporală, durata și structura somnului depășește interesul pur psihofiziologic, lăsînd să se întrevadă noi posibilități de organizare a ritmului social veghe-somn (adaptarea la munca în schimburile de noapte), ca și punerea la punct a unor modalități eficiente de intervenție în cazul tulburărilor somului. Dispunînd de o mare plasticitate, organismul uman are capacitatea de a se adapta la condițiile impuse de mediul înconjurător, natural și social, comprimînd spontan anumite cicluri biologice. Totuși, munca în schimburile de noapte generează o serie de probleme psihofiziologice: somnolență tocmai în orele în care vigilența ar trebui să fie maximă, insomnii etc. Schimbarea orarului de muncă necesită și el o nouă adaptare a organismului. Studiile de psihofiziologie servesc astfel nemijlocit producției și menținerii stării de sănătate a omului.

Așa cum remarca dr. Jacqueline Renaud (vezi *Science et vie*, nr. 762 din 1981), s-a reușit „demontarea" mecanismului anumitor insomnii grave. În convalescență, de exemplu, ritmul veghe-somn este bulversat. Epuizarea fizică face ca bolnavii să încerce să adoarmă indiferent de ciclul termic corporal. Se ajunge la un somn fracționat, dispersat de-a lungul celor 24 de ore. Interacțiunea dintre ciclul termic și ciclul veghe-somn dă naștere unui adevărat „cerc vicios". Convalescenții încearcă să recupereze somnul pierdut și își impun să adoarmă indiferent de curba termică, modificînd și mai mult durata și organizarea internă a somnului, deviind astfel de la „somnul normal". Desigur, nu-i putem împiedica pe bolnavi să adoarmă atunci cînd se simt obosiți, dar îi putem obliga să se trezească dimineața la o anumită oră. Astfel, progresiv, somnul și curba termică reintră în concordanță și o dată cu aceasta insomnia dispare, fără a se mai face apel la somnifere.

„Activare-sinteză" — o nouă teorie despre vise

Visele au suscitat interesul și curiozitatea oamenilor din cele mai îndepărtate timpuri. Cu 1 500 de ani î.e.n., în scrierile vechi indiene, visul era considerat a patra stare a conștiinței, alături de veghe, somn și identificarea cu Brahma. În arhiva regelui asirian Assurbanipal (sec. VII î.e.n.) s-au găsit, de asemenea, unele însemnări despre somn și vise. În mitologia greacă, regatul viselor era în vecinătatea celui al morții. În *Biblie* divinitatea vorbește credincioșilor prin intermediul viselor...

Părăsind viziunea mitico-religioasă asupra viselor, ca mesaje provenite din exterior, de la Dumnezeu sau diavol, în secolul al XIX-lea știința a început să abordeze visele din perspectivă fiziologică și psihologică. Psihiatrul vienez Sigmund Freud (1856—1939) inversează raționamentul, susținînd că visele sînt într-adevăr mesaje, dar provenite nu din exterior, ci din interior, din inconștient, astfel că interpretarea lor ar reprezenta „calea reală de descoperire a inconștientului în viața psihică" *(Interpretarea viselor*, 1900).

Interesul pentru studiul științific al viselor a renăscut o dată cu descoperirea, de către psihiatrul german Hans Berger, a faptului că, în timpul somnului, creierul emite un tip particular de unde electrice, undele „alfa". După această importantă achiziție a științei, somnul și visele au început să fie studiate în laborator. Astfel, Nathaniel Kleitman și Eugene Aserinski, de la Universitatea din Chicago, au identificat un stadiu de somn în care ochii efectuează mișcări rapide (R.E.M. — Rapid Eye Movements), denumit „somn paradoxal", acompaniat de o intensă activitate onirică. Prof. Michel Jouvet, de la Universitatea din Lyon, a reușit să localizeze centrul cortical al somnului — locus coeruleus — în trunchiul cerebral (fig. 8).

Se știe azi că toți oamenii visează, chiar dacă nu își amintesc ce au visat, iar aproximativ 85% dintre ei își aduc aminte ce au visat dacă sînt treziți în perioada somnului paradoxal. De asemenea, se știe că activitatea onirică ocupă cca 20—25% din durata somnului, dat fiind faptul că fazele paradoxale se succed cu regularitate, reprezentînd în total 100 de minute din durata somnului. Nu s-a putut încă stabili dacă — și în acest caz cît anume — visăm și în faza somnului cu unde

lente și nici nu s-a reușit să se formuleze o teorie cuprinzătoare asupra viselor.

Contribuții semnificative în studierea viselor s-au înregistrat și în țara noastră: amintim, în acest sens, cercetările de la începutul secolului nostru efectuate de Nicolae Vaschide

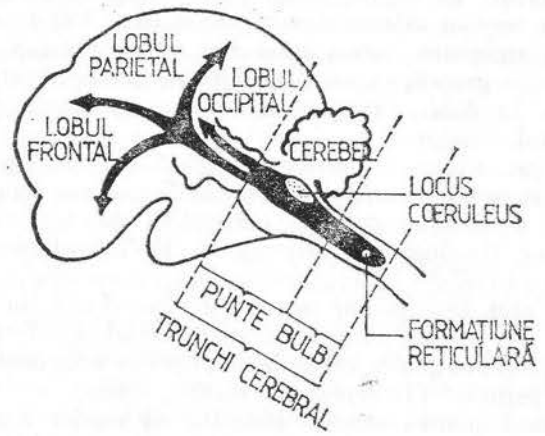


Fig. 8. Localizarea centrului cortical al somnului.

(vezi „*Le sommeil et les rêves*, Flammarion, Paris, 1911), ca și cele realizate azi de prof. dr. docent Liviu Popoviciu (vezi *Visul. Probleme de fiziologie, psihologie și patologie*, 1981).

O nouă teorie despre vise — cum este cea prezentată de dr. R.W. McCarley (vezi *Psychologie*, nr. 110 din 1979) — nu poate decît să întregească imaginea despre dezvoltarea activității onirice, chiar dacă nu reușește să explice, în toată complexitatea, fenomenele. Dr. R.W. McCarley și dr. Allan Hobson, de la „Mental Health Institute Center" din Massachusetts, pornesc de la constatarea că în vis identitatea individului se modifică, timpul se comprimă, scurgerea lui se accelerează sau, dimpotrivă, este încetinită. În vis, oamenii au senzația că plutesc, apoi, brusc, se prăvălesc în neant; scenele se succed haotic, într-o altă ordine decît în viața cotidiană etc. Fapt este că în timpul somnului cu vise corpul rămîne mai mult sau mai puțin nemișcat, dar creierul efectuează o activitate intensă.

Cei doi cercetători americani formulează teza că „forma viselor corespunde destul de direct modalităților de activitate electrică a diferitelor zone cerebrale din timpul somnului". În faza de somn oniric sînt activați neuronii sistemului senzorial (în mod deosebit cel vizual), care transmit mesaje la zonele corticale. Ca și în starea de veghe, la acest nivel se produc sinteze, ce transformă mesajele în imagini mintale coerente. Structura visului ar fi determinată deci de funcționarea zonelor cerebrale unde au fost activați neuronii, de durata, ca și de secvențialitatea activizării neuronale.

Teoria „activare-sinteză" sugerează că visele nu sînt rezultatul „debordant" al dorințelor, că ele nu izvorăsc din pulsiunile instinctive, din „reziduurile" problemelor vieții cotidiene. Apariția viselor, conform acestei teorii, ar fi legată de activizarea fiziologică ciclică a neuronilor, dorințele, pulsiunile, personalitatea intervenind doar în sinteza mesajelor, în formarea imaginilor onirice. Fenomenele caracteristice visului: schimbarea bruscă a imaginilor, substituirea personajelor, senzațiile percepute, etc. depind de mecanismele fiziologice ale somnului paradoxal. Mesajele transmise prin activizarea neuronilor ajung la centrii corticali superiori, care organizează visul.

Noua teorie despre vise se opune concepției freudiste, în esența ei psihologistă, fondîndu-se pe corelarea proceselor psihice cu cele fiziologice. Din acest punct de vedere, ea marchează un progres în raport cu teoriile reducționiste de natură fiziologistă, care ignoră aspectele psihologice ale visului.

Sintetizînd teoria sa, R.W. McCarley prezintă elementele de legătură dintre somnul paradoxal și vise: în faza de somn paradoxal, creierul este activat prin intermediul sistemului reticulat. Tocmai acest mod de activare conferă specificitate visului, întrucît — așa cum s-a amintit deja — sinteza mesajelor se realizează ca și în starea de veghe. Unei anumite intensități de activizare a neuronilor în timpul somnului paradoxal îi corespunde o anumită intensitate a visului. Schimbarea bruscă a imaginilor în vis se explică în noua teorie prin legătura ce ar exista între mișcările oculare rapide și scenele ce se succed. În același mod, senzația de plutire din timpul visului ar rezulta din activarea neuronilor ce transmit informații în centrul sistemului vestibular, localizat în trun-

chiul cerebral (sistemul vestibular controlează echilibrul și poziția corpului în spațiu).

Absența motricității reprezintă una dintre caracteristicile cele mai frapante ale viselor. Cîți dintre noi n-am visat că sîntem în pericol, că încercăm să fugim, dar nu putem, rămînînd paralizați? Această senzație s-ar putea traduce prin starea de atonie musculară totală și paralizia musculară din faza somnului paradoxal. O astfel de stare, în mod normal, nu se întîlnește în visarea din starea de veghe; în activitatea onirică are însă caracter cvasiuniversal.

Schimbarea bruscă a imaginilor constituie, de asemenea, o caracteristică a activității onirice. Simbolismul viselor n-ar fi, așadar, decît o expresie a activității neurofiziologice și nimic mai mult. R.W. McCarley consideră că acest simbolism reprezintă o „formă de limbaj". Ca și stimulii senzoriali, pulsiunile sînt susceptibile de a se transforma în acest tip de gramatică — la nivel vizual în mod deosebit. Dacă lucrurile se prezintă astfel, înseamnă că visele au utilitate în psihoterapie: pacienții cu dificultăți de exteriorizare a sentimentelor în viața cotidiană, în vis o pot face fără nici o restricție. Spre deosebire de teoria freudistă, teoria „activare-sinteză" consideră că visele nu deghizează pulsiunile, trebuințele, acestea fiind, în vis, psihologic transparente. Mai totdeauna, visele traduc clar motivațiile celui care visează. Așa se explică frecvența cu care apar în vis anxietatea, agresivitatea sau pulsiunile erotice ale subiecților. În fond, pulsiunile, ca și motivațiile, sînt declanșate în timpul somnului de activarea intensă a neuronilor din formațiunea reticulată a trunchiului cerebral. Așadar, nu pulsiunile instinctive — cum credea S. Freud — oferă energia necesară visului, ci activarea trunchiului cerebral. Conform noii teorii, pulsiunile instinctive sînt activate de mecanismele subiacente visului și nu invers. Ele se integrează visului, ca și senzațiile și activitatea motrică. În sinteza visului sînt incluse, de asemenea, amintirile, experiența trecută etc.

Noua teorie despre vise — opusă psihanalizei — încearcă să stabilească o paralelă riguroasă între datele fiziologice și psihologice. În dezvoltarea ei, teoria „activare-sinteză" va ajunge, probabil, la o deplină integrare psihofiziologică, aducînd o contribuție semnificativă la explicarea științifică a viselor.

3. SPECIALIZAREA FUNCȚIONALĂ A EMISFERELOR CEREBRALE

Funcțiile emisferei drepte a creierului

La o primă examinare anatomofiziologică, cele două emisfere cerebrale par identice, fapt pentru care multă vreme s-a crezut că între ele există o simetrie morfofuncțională perfectă. Studiul comportamentului uman a arătat însă că funcțiile mintale nu sînt reproduse în dublu exemplar în emisferele cerebrale, acestea prezentînd unele diferențieri anatomice și funcționale. Preocupările neurologilor și psihologilor privind înțelegerea relațiilor dintre gîndire și creier au stat la baza studiilor întreprinse asupra asimetriei funcționale cerebrale. Emisfera stîngă, mult timp considerată dominantă datorită descoperirii, în 1865, de către antropologul francez Paul Broca (1824—1880) a zonei de proiecție a limbajului în această parte a creierului, a început să fie studiată cu mai bine de un secol în urmă, în timp ce emisfera dreaptă, despre care se postula că nu constituie sediul nici unei activități conștiente, a atras atenția specialiștilor tîrziu, după cel de-al doilea război mondial. În prezent, se rediscută localizarea cerebrală a funcțiilor psihice, cu precădere a celor din emisfera dreaptă.

Anatomic, emisferele cerebrale se află în conexiune prin mai multe fascicule de fibre nervoase. Comisura creierului anterior reprezintă cea mai importantă dintre aceste legături. Comportamentul conștient integrat este rezultatul schimburilor permanente de informații senzoriale și cognitive dintre cele două emisfere cerebrale, schimb ce se efectuează prin intermediul comisurii amintite. Studiul clinic al comportamentului pacienților cu leziuni cerebrale a reprezentat, de-a lungul timpului, una din căile de progres în cunoașterea creierului uman. Astfel, în anii '60 ai secolului nostru, datorită în mod deosebit cercetărilor dr. Roger Wolcott Sperry, laureat al Premiului Nobel în 1981, asupra pacienților cu comisurotomie (secționarea comisurii creierului anterior, operație chirurgicală utilizată în tratarea epilepsiei și prin care se separă emisferele cerebrale) s-a putut avansa rapid în cunoașterea organizării creierului, a specializării celor două emisfere cerebrale, în special a funcțiilor emisferei drepte.

Recent, s-a formulat ipoteza că emisfera cerebrală dreaptă controlează un stil de gîndire special şi că funcţiile care sînt localizate aici au o foarte mare importanţă pentru viaţa cotidiană a omului. O serie de cercetări de neurofiziologie întreprinse de Henry Hecaen, Olivier Zangwill, Brenda Milner ş.a. au făcut să progreseze cunoştinţele în acest domeniu, acceptîndu-se astăzi că principalele caracteristici ale specializării emisferei drepte rezidă în percepţia spaţială, în memorarea noţiunilor familiare şi a figurilor foarte cunoscute.

Percepţia spaţială este cea mai importantă funcţie a emisferei drepte, constînd în sesizarea raporturilor dintre elementele unui spaţiu bi sau tridimensional, în formarea unei imagini mintale globale despre acesta. Firește, respectivele elemente pot fi învăţate şi fixate în experienţă, dar, o dată ce se produce învăţarea, percepţia spaţială devine automată. Localizarea unei adrese, de exemplu, se realizează folosindu-se o adevărată „hartă mintală". S-a constatat că persoanele cu leziuni în zona posterioară a emisferei drepte prezintă tulburări ale memoriei spaţiale (agnozie spaţială). Agnozia spaţială este mai accentuată în primul an de la accident, apoi se atenuează. Reînvăţarea implică noi strategii: de exemplu, se poate recurge la fixarea în memorie a unui nou itinerar sau pot fi utilizaţi indici verbali speciali. Cu alte cuvinte, traseele sînt reconstituite cu ajutorul emisferei stîngi rămasă intactă: o persoană suferind de agnozie spaţială îşi identifică propria locuinţă făcînd apel la simboluri verbale, la analiza logică şi nu la memoria spaţială. Aşa cum remarca Dahlia W. Zaidel, profesor la Universitatea din Los Angeles (vezi *La Recherche*, nr. 153 din 1984), această strategie de localizare în spaţiu este mult mai lentă decît cea pe baza unei hărţi globale interne şi aproape ineficace în cazul unui itinerar complicat.

În urmă cu aproape două decenii, dr. Roger Sperry şi Jerre Levy, studiind pacienţi cu operaţie de comisurotomie, au reuşit să identifice „stilul de gîndire" specific emisferei drepte. Rezultatele experimentelor întreprinse au condus la concluzia că emisfera dreaptă realizează mai bine o sarcină de vizualizare mintală a unui obiect, fapt ce le-a permis cercetătorilor amintiţi să aprecieze că emisfera dreaptă are un stil de gîndire sintetic, în timp ce emisfera stîngă s-ar caracteriza printr-o strategie a gîndirii de tip fragmentar, analitic sau logic.

Împreună cu dr. R. Sperry, Dahlia Zaidel montează o serie de experimente pentru definirea modului de „a gîndi" al emisferei drepte. Se cerea subiecţilor avînd secţionat fasciculul anterior de fibre nervoase care leagă cele două emisfere să recunoască prin pipăire, cu fiecare mînă separat, fără să poată vedea, un anumit contur, un obiect (fig. 9). Tot-

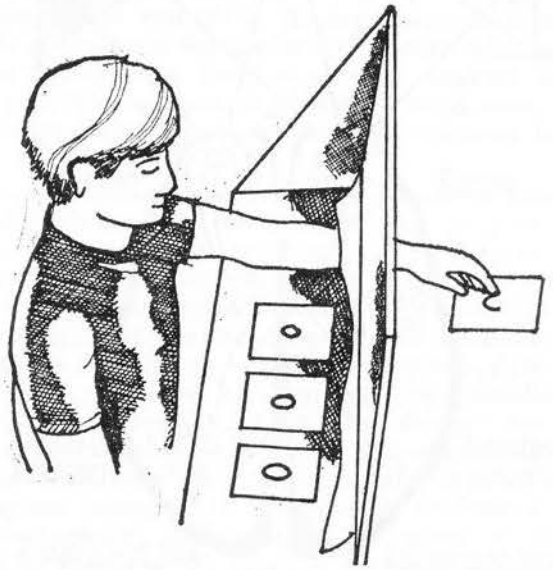


Fig. 9. Montaj experimental pentru studierea specializării funcţionale a emisferelor cerebrale.

deauna subiecţii reuşeau mai bine lucrînd cu mîna stîngă decît cu dreapta. După cum se ştie, fibrele nervoase din jumătatea dreaptă a corpului se proiectează în jumătatea stîngă a creierului şi invers (fig. 10). S-a constatat că şi rapiditatea recunoaşterii obiectelor pipăite cu mîna stîngă este superioară cu 25% faţă de performanţa mîinii drepte. De asemenea, s-a observat că, lucrînd cu mîna stîngă, subiecţii nu simţeau nevoia unor comentarii verbale, în timp ce rezolvarea sarcinii cu mîna dreaptă era însoţită de verbalizarea raţionamentelor logice implicate (compararea liniilor, măsurarea deschiderii unghiurilor etc.). Această strategie de detaliere, de abor-

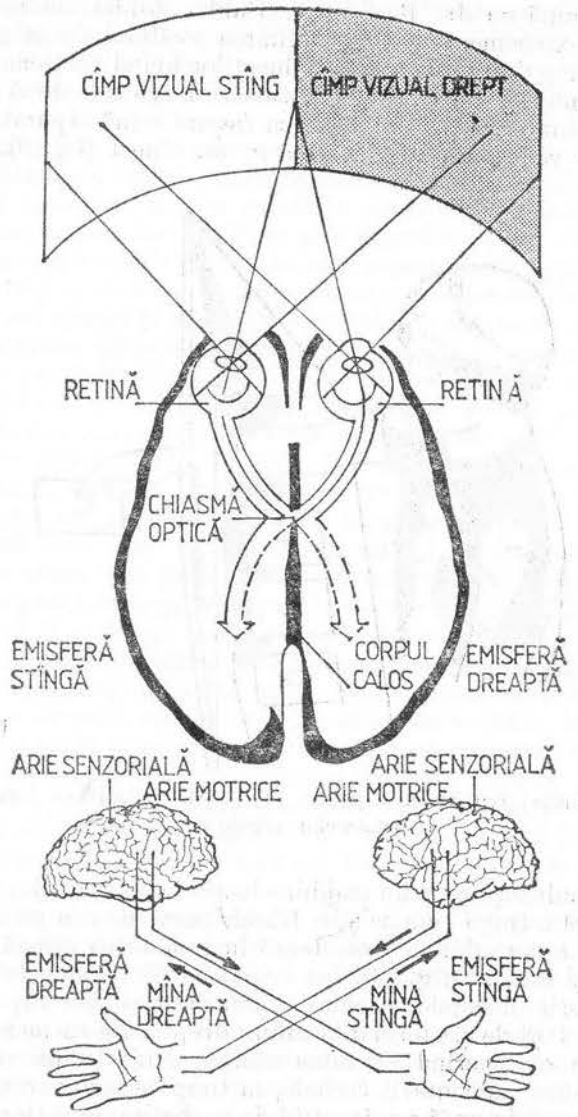


Fig. 10. Fibrele nervoase din jumătatea dreaptă a corpului proiectează influxurile nervoase în jumătatea stîngă a creierului și invers.

dare analitică și logică, reprezintă o caracteristică a stilului de gîndire al emisferei stîngi.

Bolnavii cu leziuni unilaterale ale emisferei cerebrale drepte eșuează la probele experimentale implicînd recunoașterea fotografiilor figurilor umane. În cazuri grave, subiecții sînt chiar incapabili să recunoască oamenii după figura lor. Rudele apropiate, propriul copil etc. apar bolnavului ca imagini insuficient conturate. Același lucru se întîmplă și cu ființele și obiectele din ambianța în care trăia pacientul înainte de îmbolnăvire. După accidentul cerebral, astfel de persoane învață să recunoască persoanele după voce, statură, obiceiurile lor (fumători sau nefumători, vizitarea la o anumită oră etc.).

Psihoneurologul canadian Brenda Milner a studiat, la Institutul de Neurologie din Montreal, un grup de bolnavi care suferiseră intervenții chirurgicale fie asupra lobului temporal din emisfera stîngă, fie din emisfera dreaptă. S-a dat pacienților spre rezolvare sarcina de a identifica o serie de fotografii-portret. Subiecții operați pe emisfera dreaptă nu reușeau la o astfel de sarcină: întîmpinau dificultăți la testele de recunoaștere a desenelor reprezentînd figuri umane, ceea ce înseamnă că emisfera dreaptă are un rol important în experiența de viață. Această sarcină corespunde, probabil, celei de utilizare a informațiilor spațiale. Ea presupune percepția în profunzime, detectarea liniilor, sinteza elementelor, configurația. S-ar părea — consideră prof. Dahlia Zaidel — că există o diviziune a muncii între cele două emisfere în ceea ce privește sarcina de identificare a unei persoane: trăsăturile feței sînt memorate de emisfera dreaptă, iar numele persoanei de emisfera stîngă. Această diviziune cerebrală a muncii ar putea explica și alte fenomene cotidiene, ca de exemplu impresia „déjà vu“ (senzația stranie de a mai fi fost cîndva văzute o persoană, o imagine etc., pe care, de fapt, subiectul le întîlnește pentru prima oară).

Studierea relativ recentă a emisferei cerebrale drepte a scos în evidență faptul că ea are o importanță deosebită pentru viața cotidiană a omului, în această parte a creierului fiind localizate o serie de funcții, cum ar fi percepția spațială, recunoașterea figurilor umane și altele.

Cercetările prof. Dahlia Zaidel, au demonstrat că lateralizarea cerebrală se extinde şi la memoria de lungă durată, relevînd particularităţile stocajului informaţiei în fiecare emisferă cerebrală. În experimentele sale, Dahlia Zaidel cerea subiecţilor să indice dacă două imagini ale unor obiecte fac sau nu parte din categoriile de legume, fructe, mobilă sau vehicule. Acest tip de cunoştinţe presupune utilizarea informaţiilor achiziţionate în viaţa cotidiană, făcînd apel la memoria de lungă durată. Imaginile erau proiectate fie în cîmpul vizual stîng, fie în cel drept, pentru a lateraliza stimulii într-una sau în cealaltă emisferă cerebrală. (Anatomic, informaţia provenind din cîmpul vizual stîng este prelucrată în emisfera cerebrală dreaptă, iar cea din cîmpul vizual drept este tratată în emisfera cerebrală stîngă. În mod normal, între cele două emisfere există un schimb permanent de informaţii transmise prin comisura creierului anterior.) Rapiditatea cu care subiecţii răspund sarcinii experimentale arată în ce parte a creierului a fost tratată informaţia. Printre imaginile prezentate subiecţilor unele erau tipice pentru categoria din care făceau parte, altele atipice. Experimentul s-a derulat astfel: fiecărui subiect i se prezenta o imagine timp de 500 de milisecunde, apoi timp de 700 milisecunde. După un interval, imaginile apăreau doar 150 milisecunde fie în jumătatea dreaptă a cîmpului vizual, fie în cea stîngă. Apăsînd pe un buton, subiecţii indicau dacă cele două imagini făceau parte sau nu dintr-una din categoriile stabilite anterior (fig. 11).

Rezultatele experimentului au relevat că există o interacţiune între jumătatea cîmpului vizual stimulat şi caracterul tipic sau atipic al imaginii prezentate. Cînd era stimulată emisfera dreaptă (imaginile prezentate în cîmpul vizual stîng) se înregistrau diferenţe importante în durata de recunoaştere a imaginilor tipice sau atipice (diferenţe neîntîlnite cînd era stimulată emisfera stîngă). Pe de altă parte, emisfera dreaptă „răspunde" mai rapid decît cea stîngă la imaginile tipice, iar emisfera stîngă are performanţe superioare în recunoaşterea imaginilor atipice. În ansamblu, rezultatele experimentului arată specializarea funcţională a emisferei drepte în stocarea pe termen lung a experienţei

cotidiene a individului. Latenţa proprie fiecărei emisfere subliniază anumite aspecte ale proceselor cognitive care operează în viaţa de zi cu zi sau, altfel spus, emisfera dreaptă „tratează" elementele familiare, banale sau stereotipe ale

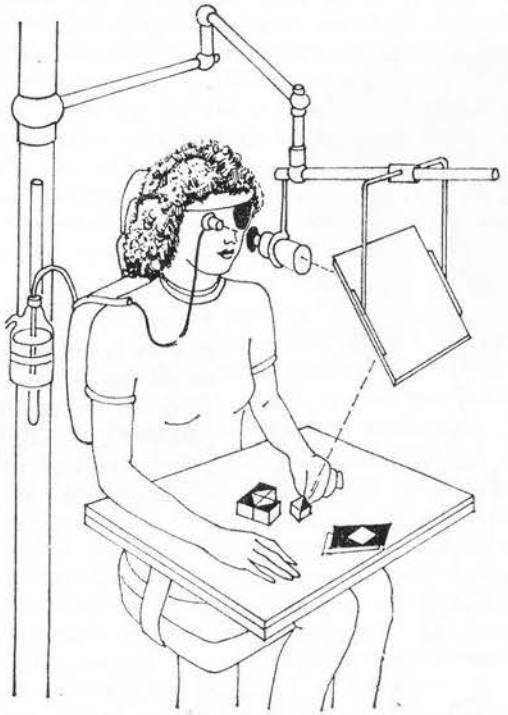


Fig. 11. Situaţia experimentală pentru studierea „stilului de gîndire" a emisferei cerebrale drepte.

experienţei individuale, în timp ce emisfera stîngă se ocupă de aspectele noi, originale, complexe (fig. 12).

S-a spus adesea că femeile nu posedă o specializare funcţională a emisferelor cerebrale aşa de accentuată ca bărbaţii, fapt ce ar explica nivelul mai scăzut al funcţiilor emisferei lor drepte (băieţii au rezultate mai bune decît fetele în percepţia spaţială, dar numai după pubertate; în schimb, fe-

meile dovedesc o superioritate în aptitudinile verbale și gramaticale, dar nu și în raționamentul verbal — E. Rosch, 1975).

S-a pus întrebarea dacă aceste date reflectă organizarea funcțională a creierului în general sau sînt urmarea asime-

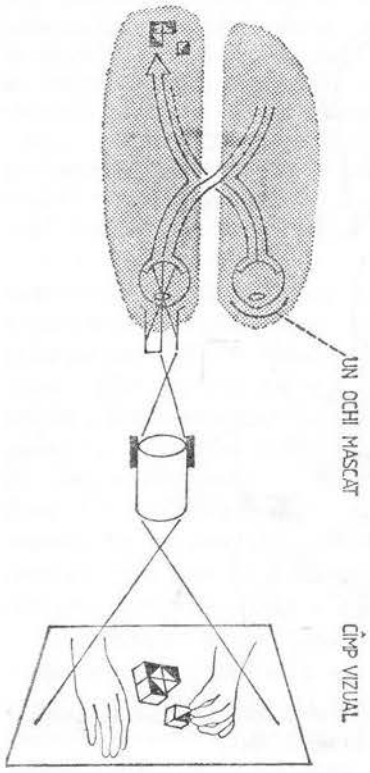


Fig. 12. Tehnica neuropsihologică de cercetare a activității emisferelor cerebrale. Utilizîndu-se un tip special de lentile (lentile Z), informația este dirijată către una din emisferele cerebrale (în desen, emisfera dreaptă).

triei funcționale. Încercînd să schițeze un răspuns, prof. Dahlia Zaidel invocă cercetările dr. J. Levy, efectuate cu un deceniu în urmă, privind lateralizarea creierului uman, pe baza cărora s-a emis ipoteza că femeile obțin performanțe mai bune față de bărbați în anumite probe verbale și mai slabe în sarcini de percepție spațială, pentru că funcțiile limbajului se dezvoltă la ele nu numai în emisfera stîngă

ci și în cea dreaptă. Aceasta presupune o asimetrie funcțională mai puțin accentuată la femei decît la bărbați, lucru confirmat și de observațiile făcute pe pacienții cu leziuni cerebrale unilaterale. Din păcate, datele clinice sînt revelatoare mai mult pentru funcțiile verbale decît pentru cele vizual-spațiale. Se presupune însă că la femei tulburările verbale sau vizual-spațiale nu sînt asociate semnificativ cu lezarea uneia sau celeilalte emisfere cerebrale. Studiul cercetătorului britanic J. McGlone, efectuat în 1980 asupra unui grup de femei cu leziuni cerebrale unilaterale, a dus la constatarea că pierderea limbajului în urma leziunii emisferei stîngi era de trei ori mai frecventă la bărbați în raport cu femeile. S-a observat, de asemenea, că bărbații obțin rezultate slabe la testele verbale și de memorare a cuvintelor în cazul leziunilor emisferei stîngi.

Datele obținute pînă acum arată că diferențele de organizare cerebrală sînt legate de sex. Ele sugerează că lateralizarea mai slabă a funcțiilor cerebrale la femei favorizează accesul verbal, logic și rațional al acestora la ambele emisfere. Bărbații, în cea mai mare parte, n-au, probabil, „acces" lingvistic decît la jumătatea stîngă a creierului. Avantajul acestei organizări la femei se traduce printr-o mai mare perspicacitate în perceperea experienței de viață.

Este însă prematur, în baza datelor actuale, să se spună dacă diferențele de lateralizare cerebrală la bărbați și la femei se datorează unor factori genetici sau culturali. Teoretic, se presupune că intervin atît unii cît și ceilalți. Experiențele pe animale au confirmat supoziția că diferențele de lateralizare sînt legate de sex. Astfel, un cercetător de la Universitatea Rockfeller (S.U.A.) a observat la canari că doar emisfera stîngă controlează cîntul. Leziunea unei anumite zone din emisfera stîngă a unui canar adult are drept consecință imposibilitatea păsării de a mai emite sunete, în timp ce ablațiunea aceleiași zone din emisfera dreaptă nu provoacă nici o perturbare. O altă constatare interesantă este legată de faptul că zona responsabilă de emiterea cîntului este cu 25% mai întinsă la păsările masculi decît la femele. Administrarea de hormoni masculini (testosteron) la femele are ca efect dezvoltarea zonei cerebrale care controlează cîntul. Experimentele prezentate dovedesc influența exercitată de hormoni asupra lateralizării funcțiilor cere-

brale și relevă rolul factorilor biologici în explicarea anumitor diferențe dintre sexe.

Emisfera cerebrală stîngă a fost accesibilă cercetătorilor deoarece are ca specializare funcțională limbajul, scrisul și cititul, care sînt — așa cum se știe — modalitățile de comunicare specific umane. Fiind „mută", emisfera dreaptă și funcțiile ei sînt mai greu de studiat și, din această cauză, cunoașterea acestei părți a creierului a progresat mai încet. Dar, din totdeauna, necunoscutul a incitat. Și astfel s-a avansat ipoteza că între funcțiile emisferei drepte s-ar afla și controlul creativității. Deseori, creativitatea este înțeleasă ca producție artistică: pictura, sculptura, muzica, baletul fiind considerate domenii care cer aptitudini creatoare deosebite. Întrucît aceste aptitudini sînt nonverbale, în sensul că produsul final se comunică într-o manieră implicită, fără intervenția cuvintelor și pentru că adesea artiștii nu reușesc să redea procesul creației în limbaj noțional, s-a presupus că aptitudinile creatoare depind de emisfera dreaptă. Totuși nu există pînă în prezent date pe deplin concludente care să ateste că emisfera dreaptă ar fi mai creativă decît cealaltă, că prima ar controla activitățile artistice (pictură, desen etc.). Din contră, dacă emisfera dreaptă este specializată în recunoașterea formelor stereotipe, banale, iar emisfera stîngă în tratarea informațiilor noi, originale, putem presupune că strategiile mintale lateralizate în emisfera stîngă sînt mai adecvate pentru o activitate creatoare decît emisfera dreaptă. Unele date arată, însă, că emisfera dreaptă nu reprezintă singurul centru al creativității. Spre o astfel de concluzie conduc și observațiile asupra artiștilor cu leziuni cerebrale unilaterale, studiu întreprins de H. Gardner (1984). Leziunea emisferei cerebrale drepte nu provoacă neapărat dispariția creativității. Se remarcă doar o schimbare a stilului.

În final, putem afirma că funcțiile localizate în emisfera dreaptă sînt importante pentru viața cotidiană; ea intervine în recunoașterea obiectelor familiare omului, această funcție fiind completată de tratarea informațiilor originale, complexe de către emisfera stîngă. Dincolo de specializarea funcțională a emisferelor, nu trebuie să se ignore faptul că ele colaborează, dînd naștere unui comportament unic, integrat. Comisura creierului anterior joacă un rol unificator foarte important, însă nu indispensabil.

Recentele cercetări întreprinse asupra emisferei drepte au deschis noi căi de studiu, deosebit de interesante. Astfel, descoperirea potențialului verbal al emisferei drepte are valoarea unei cuceriri științifice extrem de promițătoare pentru readaptarea persoanelor care au suferit leziuni ale zonei limbajului, situată în emisfera stîngă.

Lateralitatea cerebrală inversată: stîngăcia

Vechea optică asupra stîngacilor, considerați multă vreme ca handicapați, a fost abandonată, pe de o parte, pentru că unele dintre personalitățile marcante ale culturii, științei, politicii au fost stîngace (Michelangelo, Leonardo da Vinci, Niccolo Paganini etc.), pe de altă parte, pentru că știința contemporană a adus o contribuție esențială la înțelegerea modului de funcționare a creierului uman, inclusiv în problema specializării funcționale a emisferelor cerebrale. Astăzi, stîngacii nu mai sînt priviți ca anormali, nimeni nu mai rîde de ei, școlarilor li se permite să scrie cu mîna stîngă.

Despre copiii stîngaci, în ultima vreme, s-a scris relativ mult datorită, între altele, cercetărilor fundamentale întreprinse în explicarea dominanței cerebrale. Revista *Newsweek* din 30 august 1982 prezintă stadiul cercetărilor în problema stîngacilor, avansînd unele ipoteze noi privind cauzele care explică lateralitatea inversată, precum și unele dintre rezultatele înregistrate pînă în prezent.

De mai multă vreme se știe că există o relație între utilizarea preferențială a mîinii drepte și localizarea centrului vorbirii în emisfera cerebrală stîngă. Această caracteristică, întîlnită la aproximativ 90% dintre adulți, a dat naștere credinței că emisfera stîngă are un rol dominant, fiind răspunzătoare de coordonarea operațiilor simbolice și de limbaj. Mai tîrziu, s-a constatat că emisfera cerebrală dreaptă, cu rol așa-zis „minor", este implicată în percepția spațiului și a formei. De asemenea, s-a crezut multă vreme că encefalul lucrează într-o manieră profund disimetrică, ipoteză confirmată de faptul că zona temporală din emisfera stîngă este mai dezvoltată decît cea din emisfera dreaptă. În realitate, emisferele cerebrale, ca organe pereche, evidențiază o anumită disimetrie, la majoritatea populației emisfera stîngă fiind dominantă, în timp ce la stîngaci dominantă

este emisfera dreaptă; dar această dominanță nu este absolută: cele două emisfere cerebrale conlucrează.

Doi cercetători din țări diferite — Norman Geschwind, S.U.A., și Peter Behan, Marea Britanie — au întreprins un studiu statistic pe fișele medicale ale unui eșantion de stîngaci, selecționați pe baza testelor specifice de lateralitate — testul Oldfield —, comparativ cu un eșantion de dreptaci, selecționați după aceleași criterii. În ansamblu, populația investigată a cuprins 274 de stîngaci și 647 de dreptaci. Din fișa de observație, din discuțiile purtate cu subiecții a reieșit că stîngacii, în copilărie, au întîmpinat dificultăți de învățare a limbajului — atît oral, cît și scris — cu o frecvență de 12 ori mai mare decît cei cu lateralitate cerebrală dreapta. De asemenea, s-a observat la stîngaci o anumită alterare a percepției spațiului și a orientării în spațiu. Aceiași cercetători au chestionat un eșantion aleator de 2 000 de persoane în legătură cu modul în care scriu, aruncă mingea, prind lucrurile etc. Rezultatul: 500 (25%) erau stîngaci puri; 900 (45%) dreptaci puri, iar restul de 600 (30%) prezentau o lateralitate intermediară. Conform declarației celor chestionați, fiecare al zecelea stîngaci a întîmpinat anumite dificultăți de vorbire și de scriere în copilărie, în timp ce la dreptaci numărul celor cu astfel de deficiențe a fost mult mai mic (1%). Surprinzător, dar și părinții stîngacilor au avut aceleași greutăți.

Ce determină această inversare a dominanței cerebrale și cînd apare ea? Observația că sînt mai mulți băieți stîngaci decît fete și că băieții întîmpină mai multe dificultăți de învățare a cititului și scrisului decît fetele a sugerat o posibilă influență a sexului asupra inversării lateralității cerebrale. În prezent, cei mai mulți cercetători consideră că testosteronul — hormon răspunzător de diferențierea sexuală — s-ar afla la baza disfuncționalităților semnalate la stîngaci. Totodată, dr. D. Eidelberg și A.M. Galaburda (Boston, 1982) au stabilit că lateralitatea inversată apare înainte de naștere, în timpul sarcinii.

La majoritatea animalelor superioare, mecanismul genetic al diferențierii sexuale este dublat de unul hormonal. Gonadele sau glandele sexuale — ovarul și testiculul — reprezintă locul de producere a hormonilor sexuali. Gonadele fiecărui sex produc hormoni specifici: ovarul secretă hormoni estrogeni și progesteron, iar testiculul hormoni androgeni,

dintre care cel mai activ este testosteronul, izolat în 1934 și sintetizat în 1935. Deși accentuată, această specificitate nu este absolută, deoarece fiecare dintre gonade secretă și cantități mici de hormoni caracteristici sexului opus. În prezența unei cantități normale de testosteron, emisfera cerebrală stîngă se dezvoltă mai rapid decît cea dreaptă; însă excesul de hormon secretat în timpul sarcinii încetinește dezvoltarea emisferei cerebrale stîngi, generînd stîngăcia. Pe de altă parte, puțin înainte de naștere se secretă hormon sexual: pentru embrionul masculin într-o cantitate mai mare, iar pentru cel feminin mai puțin. Întîmplător sau nu, dintre stîngaci 10% sînt bărbați și numai 6% femei.

Conform datelor publicate de revista *Newsweek*, testosteronul ar juca un rol important și în „structura internă a creierului", influențînd forma și dispunerea rețelei neuronale. Secreția sporită de testosteron se presupune că încetinește creșterea emisferei cerebrale stîngi, fapt ce antrenează două consecințe: emisfera cerebrală dreaptă devine dominantă și, controlînd partea stîngă a corpului, generează lateralitatea inversată; în cazurile extreme provoacă dificultăți de învățare și de vorbire.

De asemenea, A.M. Galaburda și D. Eidelberg au stabilit că excesul de testosteron are și alte efecte, interferînd cu procesele de maturizare a celulelor sistemului imunitar, punînd în evidență existența unei corelații între particularitățile de funcționare a creierului și apariția unor disfuncționalități, cunoscute sub numele de „maladii autoimune". Astfel de maladii s-au întîlnit de trei ori mai frecvent la stîngaci decît la cei cu lateralitate cerebrală dreapta: 11% din stîngaci — comparativ cu 4% dintre dreptaci — au fost caracterizați prin deficiențe imunologice. Cercetările dr. Norman Geschwind și Peter Behan au dezvăluit existența unei corelații între două tipuri de disfuncționalități, în aparență fără legătură între ele: în cadrul reuniunii din 1980 a Societății de dislexie, pe baza unor studii îndelungate, aceștia au comunicat că un mare număr de stîngaci dislexici (tulburare a limbajului care constă în perturbarea mecanismelor citirii — deformări, erori, lacune —, simbolurile citite nefiind precis identificate, clar înțelese și corect reproduse) suferă, în același timp, și de maladii așa-zise autoimune. Concluzia: testosteronul ar influența și sistemul imunologic al organismului, reducînd dezvoltarea timusului, glandă

endocrină implicată în menținerea echilibrului imunologic al organismului. Numeroase date arată că involuția timusului poate fi produsă prin acțiunea unor factori hormonali, printre care și testosteronul. Pe de altă parte, unele studii au arătat că stîngacii ar fi rezistenți la infecții și chiar la îmbolnăvirile de... cancer!

Ce provoacă însă această sporire a secreției de testosteron? Gîndul multor cercetători s-a îndreptat spre mecanismele genetice. Totuși, numai 12% dintre gemenii univitelini se diferențiază în stîngaci și dreptaci. Problema rămîne încă deschisă cercetării științifice.

Rezultatele sînt, deocamdată, incerte și contradictorii. Dar, dincolo de aceasta, nimeni nu se poate pronunța asupra evoluției ulterioare a persoanelor cu lateralitate cerebrală inversată. Cercetătorii acordă factorilor de mediu, educaționali, ca și celor sociali o mare însemnătate: aceeași lateralitate cerebrală inversată poate să ducă la genialitate sau la deficiențe funcționale. Handicapul inițial poate fi transformat în avantaj. Dacă unele profesiuni sînt contraindicate pentru stîngaci sau impun dotări speciale (de exemplu, muzicienii stîngaci își comandă instrumente muzicale adaptate), în alte profesiuni sau activități stîngacii reechilibrați sînt de departe favorizați (de exemplu, pentru operațiile chirurgicale, în unele sporturi: tenis, box, handbal etc.).

Totdeauna trebuie însă stăruință și o înțelegere corectă a situației. Copiii stîngaci nu sînt marcați de nici o anomalie. De altfel, numărul lor este mult mai mare decît l-am putea bănui. Cercetătorii francezi estimează că unul din zece nounăscuți este stîngaci. Conform unor date statistice, în S.U.A., aproximativ 33% din copiii mici au lateralitate inversată. La băieți, acest lucru este mai frecvent decît la fetițe. În orice caz, adăugînd la cifrele amintite cazurile incerte sau nedepistate, vom ajunge la concluzia că la naștere copiii stîngaci nu reprezintă — numeric vorbind — o minoritate neglijabilă. Sigur, devenind ambidextri, folosindu-se cu aceeași îndemînare de ambele mîini, printre adulți întîlnim mult mai puțini stîngaci decît printre copii, dar aceasta nu justifică deloc neglijarea problemei lateralității inversate.

Oamenii de știință interesați de studiul raportului dintre datul ereditar și ceea ce este dobîndit în structura personalității umane încearcă să descifreze mecanismul psihofiziologic al lateralității. Faptul că din părinți stîngaci se

nasc, în proporție de 50 la sută, copii stîngaci, în timp ce din părinți cu lateralitate dreapta doar în 70 la sută din cazuri apar copii cu lateralitate stînga reprezintă un indiciu că transmiterea lateralității are o componentă ereditară. Intervin și factori de mediu? Cînd? Cum?

Ne aflăm în stadiul ipotezelor. Se știe însă cu certitudine că a fi stîngaci nu înseamnă a fi pur și simplu exact inversul dreptacilor. Lateralitatea stîngă reprezintă o organizare cerebrală specifică; ea nu se rezumă doar la utilizarea preferențială a mîinii stîngi, ci se reflectă în funcțiile întregii jumătăți stînga a corpului: ochiul, urechea, piciorul etc. Cea mai importantă este, desigur, organizarea cerebrală care controlează cunoașterea și acțiunile umane.

Fără îndoială, trebuie avută în vedere distincția care se face în literatura de specialitate între stîngacii familiali, care au unul sau ambii părinți stîngaci, și cei nefamiliali. Cei din prima categorie se caracterizează printr-o specializare mai pronunțată a funcțiilor emisferei drepte, inclusiv a centrilor „suplimentari", spre deosebire de stîngacii nefamiliali care au, de regulă, o coordonare mai difuză a activității nervoase superioare. Se pare că un astfel de creier obosește mai repede decît creierul bicerebralizat, cu o lateralizare puternică. Rămîne de necontestat faptul că la stîngaci este dominantă emisfera dreaptă. Chiar dacă — așa cum s-a arătat — cele două emisfere conlucrează și dominanța este relativă, nu se poate neglija faptul că stîngacii au o altă organizare a activității cerebrale, iar încercarea de răsturnare bruscă a acestei organizări poate antrena consecințe grave. Este inutil să constrîngem la un moment dat copilul stîngaci — sub amenințarea pedepsei — să mănînce, să scrie sau să deseneze cu mîna dreaptă. Nu va fi capabil să realizeze deodată aceste lucruri, în schimb are toate șansele să își creeze un acut sentiment de culpabilitate și inferioritate.

Unele situații cotidiene, care stîrnesc hazul celorlalți, au un ecou afectiv negativ pentru copilul stîngaci. Cînd Liviu, băiețelul nostru stîngaci, spunea că vrea să tragă o linie dreaptă cu mîna stîngă, la început, Tiberiu, frățiorul lui, făcea mult haz. Cînd citea „lac" în loc de „cal", bunica îl certa. În fond, nu era nimic de rîs și nimic neexplicabil. Dată fiind lateralitatea stîngă a lui, era normal să execute cu mai multă precizie o linie orizontală cu mîna stîngă, nu

cu dreapta. De asemenea era normal să scrie și să citească „în oglindă" („un" în loc de „nu"). Un truc simplu îl poate ajuta pe copilul stîngaci să tragă o linie orizontală și cu dreapta: înclinarea corespunzătoare a caietului. Îndemnul de a nu se grăbi cînd scrie sau citește este mai binevenit decît corijarea severă a scris-cititului. O anumită încetineală a scris-cititului la copiii stîngaci, chiar o întîrziere în deprinderea acestor operații simbolice, nu trebuie să alarmeze familia. Scrierea spre dreapta, pentru stîngaci, este nefirească. Stiloul, prin construcția lui, nu îl ajută să scrie caligrafic. Literele apar strîmbe, în special ovalurile. Înlocuirea stiloului printr-un pix cu pastă ameliorează într-o bună măsură situația. La școală, profesorii cu pregătire psihopedagogică corespunzătoare îi vor ajuta pe copiii cu lateralitate inversată să descompună, să recompună și să reconvertească informația, reechilibrînd lateralitatea lor. În cursul reechilibrării, sînt frecvente greșelile de tipul 51=15 sau 55—4=15. Copiii stîngaci, în această etapă, schimbă sensul scris-cititului cînd de la stînga la dreapta, cînd de la dreapta la stînga. Nu operația matematică este neconsolidată, ci scris-cititul. Sancționarea cu notă mică la matematică nu are nici o justificare; la fel, mustrarea copilului stîngaci pentru astfel de „greșeli". Mai mult, asemenea practici nepedagogice îl pot îndepărta pe școlarul mic de studiul matematicii, îi pot crea complexe de inferioritate, sporindu-i timiditatea, închiderea în sine etc.

Pînă la școală, familia poate și trebuie să acționeze în vederea depășirii dificultăților de adaptare școlară și socială. Atitudinea tolerantă sau indiferentă față de copiii stîngaci este la fel de dăunătoare ca și comportarea rigidă, controlul autoritar. Din partea familiei, înainte de orice, așa cum am mai spus, se cere înțelegerea corectă a situației: fără ajutor, copiii stîngaci pot rămîne dezavantajați. Ajutorul — acordat cu tact și blîndețe — constă în sprijinirea reechilibrării, impusă de mediul construit (obiecte, lucruri, instrumente, mașini-unelte etc.) și proiectat pentru „dreptaci" (fig. 13).

Ca principiu, orice activitate care solicită concomitent sau alternativ ambele mîini trebuie încurajată. Specialiștii recomandă exerciții cu mișcarea mîinilor spre stînga, apoi progresiv spre dreapta, trasarea în aer cu mîinile a unor

bucle, cercuri, opturi. Experiențele tactile, disocierea și coordonarea mișcării degetelor, activitățile ritmate: dansul cîntatul la pian sau pur și simplu bătutul tobei-jucărie ajută reechilibrarea motorie a stîngacilor, transformarea lor în ambidextri. Educația fizică, mai mult poate decît la alți

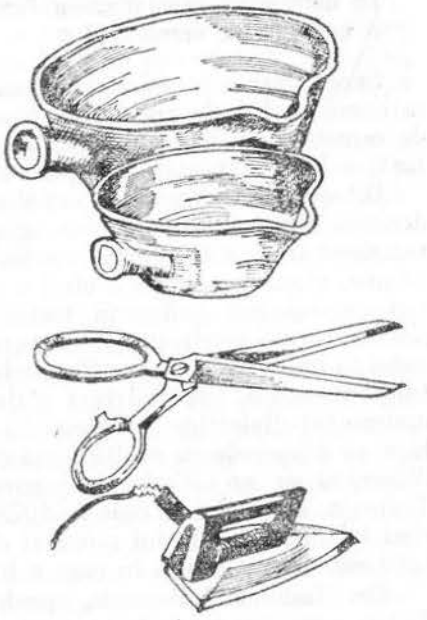


Fig. 13. Obiecte de uz casnic destinate stîngacilor.

copii, are pentru stîngaci efecte intelectuale vizibile. Subliniind acest lucru, Eliane Laroche (vezi *Psychologie*, dec., 1979), atrăgea atenția că o singură oră de exerciții fizice pe zi, în timp, ameliorează substanțial capacitatea intelectuală a stîngacilor.

Jocurile mecanice și de construcții, desenul cu alternarea mîinilor, ghicirea obiectelor ascunse cu mîinile la spate, jocul de-a fripta, maroco și alte activități plăcute copilului preșcolar, dar care presupun coordonarea manuală (de exemplu, dirijatul imaginar al simfoniilor transmise la radio sau TV) sînt tot atîtea modalități de antrenare a stîngacilor pentru a lua în stăpînire universul de obiecte,

al dreptacilor, care li se opune, la început ostil și apoi din ce în ce mai neputincios.

Cunoscîndu-și slăbiciunile, omul ajunge să le domine — aceasta este marea lecție pe care pare să ne-o ofere lateralitatea inversată a copiilor.

Ce determină specializarea funcțională a emisferelor cerebrale?

Specializarea funcțională a emisferelor cerebrale, intuită în urmă cu 150 de ani de dr. Marc Dax, a fost confirmată de cercetările psihoneurologice moderne, care au evidențiat, însă, echipotențialitatea inițială a lor.

Diferențierea funcțiilor emisferei stîngi (vorbirea, coordonarea operațiilor simbolice, gîndirea analitică ș.a.) și ale emisferei drepte (percepția spațială, recunoașterea figurilor umane, gîndirea analitică etc.) s-a realizat în cursul evoluției omului sub influența factorilor de mediu, condițiile socioculturale controlînd structurarea funcțională a creierului în ontogeneză. Această concluzie de o deosebită importanță teoretică, probînd încă o dată viabilitatea concepției materialist dialectice și istorice în explicarea proceselor psihice, se desprinde cu multă forță de convingere din lucrarea *Nihonjin no no* (Creierul japonezilor) a dr. Tadanobu Tsunoda, apărută la Tokio în 1978, dar rămasă pînă de curînd în afara circuitului mondial de idei datorită accesibilității restrînse a limbii în care a fost scrisă.

Dr. Tadanobu Tsunoda, profesor la Universitatea din Tokio, a studiat timp de zece ani neuropsihologia senzațiilor vizuale și auditive pentru a înțelege și explica funcționarea emisferelor cerebrale (vezi *Psychologie*, nr. 126, 1980). Includ în cercetările sale populație japoneză și din alte țări, el a descoperit că reacțiile la zgomote, obținute prin stimularea emisferei drepte și stîngi sînt foarte diferite în funcție de mediul sociocultural de proveniență (țara) al subiecților testați. Emisfera stîngă a japonezilor percepe o gamă vastă de sunete lingvistice (vocale și consoane) și nonlingvistice: suspinul, expresiile emoționale sonore, sunetele instrumentelor muzicale japoneze tradiționale, zgomotele produse de furtună, de valurile mărilor și oceanelor, de cursurile de apă... Comparativ, gama sunetelor percepute de emisfera stîngă a occidentalilor este mult mai redusă, fiind limitată la recep-

tarea sunetelor, vocalelor și consoanelor. Pe de altă parte, emisfera dreaptă a creierului japonezilor reacționează la un număr mai mic de sunete artificiale sau produse de om: sunete mecanice, sunetele instrumentelor muzicale europene, zgomote etc., în timp ce aceeași emisferă la nejaponezi percepe și sunetele vocalelor care nu au sens prin ele însele (vocale semantic vide de sens).

Dr. Tadanobu Tsunoda a constatat că la japonezii rezidenți de două-trei generații în alte țări (S.U.A., Brazilia, Canada) creierul funcționează întocmai ca la populația majoritară. Totodată, savantul japonez a constatat că la persoanele de origine coreeană sau americană născute și crescute în Japonia creierul funcționează identic cu cel al japonezilor. Particularitățile funcționale ale creierului japonezilor — conchide dr. Tadanobu Tsunoda — se datorează mediului sociocultural, în cadrul căruia limbajul constituie factorul hotărîtor.

Faptul că vocalele semantic vide sînt percepute cu emisfera cerebrală stîngă de către japonezi și cu emisfera cerebrală dreaptă în cazul persoanelor aparținînd altor zone socioculturale trebuie pus în legătură cu caracteristicile limbilor vorbite de respectivele populații. În limba japoneză, toate cuvintele indigene se termină în vocală și fiecare vocală (sau sunet) poate avea sens propriu. În plus, în limba japoneză două sau mai multe vocale (sau sunete) se pot asocia, formînd o expresie semnificativă semantic. Cuvintele, cele mai multe bisilabice, nu au accent principal, iar cazurile sînt redate prin particule accentuate postpuse, ceea ce produce acel ritm special al vorbirii atît de curios pentru orice străin. Limba japoneză nu are unele categorii gramaticale (de exemplu, genul), în schimb are un vocabular extrem de bogat și expresii viu colorate (de pildă, formula „Încîntat de cunoștință" — „O me ni kakarete saiwai desu" — se traduce literal prin: „Pentru prima dată am ocazia să depind de ochii tăi"). Caracteristicile limbii japoneze influențează funcționarea creierului, care transferă sistematic toate incitațiile nervoase ale sunetelor vocalice la emisfera stîngă, specializată în limbaj, în tratarea emoțiilor și a sunetelor din natură. Astfel, emisfera stîngă a creierului japonezilor reacționează la toate sunetele în relație cu rațiunea, natura și emoțiile. Dr. Tadanobu Tsunoda vede în aceste particularități ale funcționării creierului conaționalilor săi cheia

pentru înțelegerea culturii nipone tradiționale și a mentalității japonezilor. Populația japoneză ar fi mai emotivă pentru că stimulii afectogeni și mecanismele gîndirii analitice se combină la ei în aceeași emisferă a creierului (cea stîngă), la occidentali funcțiile analitice realizîndu-se în emisfera cerebrală stîngă, iar mecanismele emoției în emisfera cerebrală dreaptă. Chiar religiozitatea mai scăzută a japonezilor a fost raportată la particularitățile de funcționare a creierului, emisfera cerebrală stîngă dominînd puternic asupra emisferei cerebrale drepte, de care se leagă formarea reprezentărilor mistice. Simțul estetic riguros controlat — *ikebana*, adevărată gramatică florală, poezia *haiku*, construcție geometrică și delicatețea expresiei lirice, ceremonia ceaiului, normativitate rigidă exteriorizată prin discreție și eleganță comportamentală etc. — se datorează, așa cum remarca antropologul și lingvistul Ion Oprescu (vezi *Revista de filosofie*, nr. 5 din 1985), „contaminării" emisferei stîngi a creierului japonezilor cu funcțiile emisferei drepte. Dificultățile întîmpinate de japonezi în învățarea limbilor străine au fost explicate, de asemenea, prin modul specific de funcționare a creierului lor, emisfera cerebrală stîngă fiind la ei atît sediul afectivității, cît și al limbajului. Date fiind particularitățile activității creierului japonezilor, dr. Tadanobu Tsunoda recomandă muzica europeană clasică drept modalitate psihoterapeutică de reducere a anxietății, de reechilibrare a activității celor două emisfere cerebrale (sunetele produse de instrumentele muzicale clasice fiind percepute de emisfera dreaptă a creierului japonezilor).

Ipoteza pe care se bazează întreaga construcție teoretică — „mediul sociocultural, în general, și caracteristicile lingvistice, în special, determină structura funcțională a creierului, modificînd specializarea emisferelor cerebrale" — a fost verificată prin analiza modului de funcționare a creierului polinezienilor. Populația polineziană, în număr de aproximativ 800 000 de persoane, este răspîndită în insulele Pacificului de Sud (Noua Zeelandă, Samoa, Hawaii, Tonga ș.a.). Limbile și idiomurile polineziene — pe cale de dispariție datorită concurenței limbilor colonialiștilor europeni și americani, cît și din cauza exterminării populației locale (Lucia Wald și Elena Slave, *Ce limbi se vorbesc pe glob*, Edit. științifică, București, 1968, p.259) au un consonantism mult redus. Spre a ne face o imagine despre structura gramaticală

și fonetică, transcriem un text în limba *tuamotu*, vorbită de polinezienii dintr-o insulă la est de Tahiti: „Ua rave te tariata te kiro i te kaina nei ua riri o vatea" (Oamenii au făcut răul aici, pe pămînt. Dumnezeu s-a supărat).

Limbile polineziene, fiind caracterizate — ca și limba japoneză — prin predominarea vocalelor, era de așteptat ca diviziunea funcțională a emisferelor cerebrale la populația care vorbește aceste limbi să fie asemănătoare cu cea întîlnită la japonezi. Cercetările comparative interculturale efectuate cu minuțiozitate de dr. Tadanobu Tsunoda au confirmat această ipoteză, probînd faptul că specializarea funcțională a emisferelor cerebrale este determinată de mediul sociocultural.

Și alte fapte de observație converg spre aceeași concluzie. Recent, Mircea Guiașu, analizînd relația dintre lateralitatea cerebrală și funcțiile cognitive, relevă o serie de dovezi care atestă că „factorii genetici care determină predominanța întrebuințării mîinii drepte interacționează și sînt influențați de factorii culturali" (*Revista de filosofie*, nr. 5 din 1985 p. 453). La maimuțe nu se observă predominanța stînga-dreapta a membrelor superioare. Omul preistoric, conform cercetărilor lui Daniel Wilson — el însuși stîngaci! — pare să fi avut emisfera cerebrală dreaptă mai dezvoltată decît cea stîngă. La populațiile aflate în stadii incipiente de evoluție culturală incidența stîngacilor este mult mai mare decît la populațiile cu un nivel de civilizație mai ridicat. Toate acestea permit supoziția că omul, în evoluția sa, a devenit dreptaci sub influența factorilor culturali, în perioada de trecere a societății de la faza de economie bazată pe vînătoare și pescuit la cea bazată pe agricultură.

- *Senzația:* lumină de fulger.
- *Percepția:* cele o mie de fețe ale lucrurilor.
- *Inerția percepției:* trenul, nu avionul, sugerează depărtarea.
- *Imitația:* falsă economie de gîndire.
- *Voința:* motor în patru timpi — apariția impulsului, lupta motivelor, luarea hotărîrii, realizarea acțiunii.
- *Simpozion științific:* locul unde fiecare vorbește cu celălalt și se ascultă doar pe sine.

• Omul de știință moare cîte puțin în fiecare pagină pe care o scrie întru veșnicie.

• — Crezi că e grav, doctore? Toată noaptea visez că nu pot să dorm și mă scol tîrziu. Am oare insomnie?

• Decît un car de creier, mai bine o conexiune nervoasă în plus.

• Stîngacii, între ei, spun despre neîndemînatici că sînt ... dreptaci.

• Educatoarea, enervată:
— Nu pot să înțeleg, ce ai tu în cap, Ionescule?!
— Neuroni, tovarășa!

• Visam cînd m-ai trezit. Lasă-mă să-mi continui visul, vreau un vis întreg!

• Cercetarea științifică nu înregistrează faptele direct observabile decît pentru a face vizibil ceea ce este de profunzime.

Capitolul II

UNIVERS UMAN INTERIOR

1. UNICITATEA PERSONALITĂȚII UMANE

Personalitatea umană — ca temă de reflecție — se află în centrul construcției teoretice a științelor socio-umane. În același timp, la nivelul practicii, formarea personalității multilateral dezvoltate constituie în România socialistă o sarcină majoră a activității politico-educative.

Problematica complexă a personalității nu poate fi eficient abordată decît în spiritul concepției revoluționare despre om „ca ființă socială, aflată în strînsă legătură și interdependență cu semenii săi, cu masele largi populare". (*Programul Partidului Comunist Român de făurire a societății socialiste multilateral dezvoltate și înaintare a României spre comunism*, Edit. politică, București, 1975, p.165) A privi totdeauna personalitatea în contextul raporturilor omului cu ceilalți, în țesătura relațiilor socio-economice — iată cheia înțelegerii corecte a universului uman interior, a vieții psihice.

Asupra acestui adevăr fundamental a atras atenția K. Marx cînd, în *Teze despre Feuerbach*, arăta că „esența umană nu este o abstracție inerentă individului izolat. În realitatea ei, ea este ansamblul relațiilor sociale". (K. Marx, *Teze despre Feuerbach*, în K. Marx, F. Engels, *Opere*, vol. 3, Edit. politică, București, 1958, p.7). Această idee revoluționară a pus capăt speculațiilor filosofice despre „om în general", indicînd fără echivoc formațiunea economico-socială ca sursă a „umanității" concret-istorice a oamenilor. Forțele de producție, relațiile sociale, pe care fiecare individ și fiecare generație le găsesc dintru început ca pe ceva dat obiectiv, determină formarea și dezvoltarea personalității. K. Marx și F. Engels subliniau, în *Ideologia germană*, că „adevărata bogăție spirituală a individului depinde în întregime de bogăția relațiilor sale reale"

(K. Marx, F. Engels, *Opere*, vol. 3, ed. II-a, Edit. politică, București, 1962, p.38).

Propunînd o nouă perspectivă asupra omului, marxismul — așa cum remarca Lucien Sève — a deschis calea elaborării teoretice a unei științe a personalității, articulată cu materialismul istoric (*Marxismul și teoria personalității*, Edit. politică, București, 1974, p.107).

Personalitatea — convergența perspectivelor

Termenul „personalitate", derivat de la „persoană", își are originea în limba latină clasică, unde cuvîntul *persona* desemna inițial masca folosită de actori în teatrul antic. Mai tîrziu, acest cuvînt a dobîndit înțelesuri multiple, funcționînd în mai toate limbile moderne cu înțeles polisemantic: aspectul exterior al omului, amintind de înțelesul originar (mască); rolul jucat de un actor, funcția socială îndeplinită de un om; actorul însuși care joacă un rol, ca și omul care îndeplinește o funcție socială; ceea ce conferă valoarea omului, calitățile lui (*vezi* Jean Stoetzel, *La psychologie sociale*, Flammarion, Paris, 1963, p. 140).

Cele patru sensuri ale termenului de personalitate, cronologic delimitate de psihosociologul Jean Stoetzel, fondatorul *Institutului francez de opinie publică* (Paris, 1938), ne conduc la concluzia că personalitatea poate fi definită atît „din exterior", ca efect produs de un individ asupra celorlalți (ansamblul trăsăturilor și conduitelor umane care provoacă răspunsuri psihocomportamentale din partea altora), cît și „din interior", ca structură intimă a elementelor biologice înnăscute (instincte, trebuințe, tip de activitate nervoasă superioară etc.), psihologice (limbaj, gîndire, imaginație etc.) și sociomorale, achiziționate în procesul socializării (norme comportamentale, valori sociale, convingeri, idealuri etc.). De-a lungul secolelor, în reflecțiile despre om și în investigarea științifică a personalității, s-au adunat argumente pentru ambele perspective. Impresia produsă în public de prezența cuiva a fost asociată — la nivelul simțului comun — cu doza de personalitate, care, de la caz la caz, poate fi mai mare sau mai mică. Se spune chiar despre unii oameni — evident, greșit — că sînt lipsiți de personalitate. Cel mai umil dintre semenii noștri, cel pe care nimeni nu-l bagă în seamă are o personalitate proprie, cu toate că

nu-i impresionează pe cei din jur. Despre alții, lumea spune că au „multă personalitate". În realitate, aceștia înmănunchează trăsături de personalitate considerate optime într-o societate dată, atrăgînd, prin prezența și acțiunea lor, atenția publicului. Așadar, faptele dau măsura personalității umane. „Faptele mari îi laudă pe oamenii mari" — spunea eroul libertății gîndirii, scriitorul și filosoful luminist francez Voltaire (1694—1778). Sîntem așa cum ne apreciază ceilalți. Stima pe care ne-o arată colegii, oamenii împreună cu care muncim și alături de care trăim reflectă, pînă la un punct, personalitatea noastră. Dacă vremurile ne sînt potrivnice și munca nu ne e apreciată înseamnă că nu avem personalitate?! Și invers, dacă împrejurările sociale ne propulsează spre piscuri reprezintă aceasta dovada puterii personalității noastre? În *Cugetări*, marele nostru istoric Nicolae Iorga (1871—1940) remarca: „Sînt unele personalități sărace care, prinzînd în ele uneori curentele mari ale societății în care trăiesc, devin torente uriașe, care înlătură cele mai mari piedici. Te miri apoi înaintea unui om liniștit și slab, auzind ce a săvîrșit acesta" (p.37).

Ipoteza construcției noțiunii de personalitate „din exterior" conține mai mult decît un grăunte de adevăr, dar nu adevărul în întregime. Această ipoteză trebuie întregită cu complementara ei, care vizează structura internă a personalității, mai ales avînd în vedere că majoritatea filosofilor și savanților admit și acordă credit perspectivei interioare.

Astfel, Ralph M. Linton (1893—1953), fost profesor de antropologie culturală la universitățile Wisconsin, Columbia și Yale (S.U.A.), caracteriza personalitatea ca fiind „agregatul organizat de procese și stări psihice aparținînd individului". (*Fundamentul cultural al personalității*, Edit. științifică, București, 1968, p.117). Într-un mod asemănător definește personalitatea și Gordon W. Allport (1897—1967), profesor de psihologie la Universitatea Harvard (în perioada 1930—1967). În prima din lucrările sale, devenite puncte de referință în domeniu, Gordon W. Allport definea personalitatea ca „organizarea dinamică a sistemelor psihofizice care determină adaptarea originală a individului la mediul său (*Personality. A psychological interpretation*, Holt, Rinchart and Winston, New York, 1937, p.48). Reluînd tema într-o altă lucrare, tradusă și în limba română, psihosociologul american include și alte note definitorii: „Personalitatea este organi-

zarea dinamică în cadrul individului a acelor sisteme psihofizice care determină gîndirea și comportamentul său caracteristic" *(Structura și dezvoltarea personalității*, Edit. didactică și pedagogică, București, 1981, p.36).

Sintetizînd punctele de vedere acceptate în literatura de specialitate, vom spune despre personalitate că reprezintă o structură (un sistem ierarhizat), nu o juxtapunere de trăsături sau caracteristici. Trăsăturile de personalitate, procesele psihice se organizează la diferite niveluri, astfel că abordarea personalității impune o perspectivă sistemică, integratoare. Modul de îmbinare a funcțiilor psihice, a calităților și defectelor conferă unicitate personalității umane. „A spune că omul este alcătuit din forță și slăbiciune, din lumină și orbire, din meschinărie și măreție nu înseamnă a-l supune judecății, ci a-l defini" — nota în ale sale *Cugetări filosofice* (1754) Denis Diderot (1713—1784), poate cel mai de seamă gînditor luminist francez, principalul redactor al *Enciclopediei sau Dicționar rațional al științelor, artelor și meșteșugarilor*, editată la Paris în 35 de volume (1751—1780).

Consistența personalității este dată de relativa stabilitate a trăsăturilor și a relațiilor dintre aceste trăsături. După ani și ani de zile, recunoaștem oamenii peste care a nins timpul tocmai datorită personalității lor, rămasă, în linii mari, aceeași. Accentuînd stabilitatea structurii interne a personalității nu vom uita, totuși, caracterul dinamic al acesteia: oamenii evoluează, se dezvoltă, uneori se schimbă radical.

Sistemele care alcătuiesc personalitatea au o natură dublă (psihofizică), ceea ce înseamnă că în structura acesteia sînt integrate planurile morfofiziologice și psihosociologice. Deci, vorbind de personalitatea unui individ, trebuie să ne referim la totalitatea caracteristicilor sale, începînd cu cele morfologic constituționale, psihologice, psihosociologice și terminînd cu cele sociologice.

De asemenea, vorbind despre personalitate, se cuvine să reamintim că fiecare om reprezintă o entitate originală, nerepetabilă și inconfundabilă. Sofocle (497—405 î.e.n.), unul dintre creatorii tragediei clasice grecești, spunea: „În lume sînt multe mari minuni, dar nu mai mari ca omul" *(Antigona*, 332—333). Într-adevăr, doar omul creează uneltele cu care făurește alte unelte, amplificîndu-și astfel forța și sporindu-și acuitatea simțurilor; doar el comunică, folosindu-se de un limbaj articulat, trăiește în societate și trasmite prin cultură de la o generație la alta cunoștințele dobîndite; doar omul își consideră specia minune între minuni, valoare supremă; își îngroapă semenii apelînd la ritualuri funebre; el este — așa cum s-a spus — singurul animal care mănîncă atunci cînd nu-i este foame, care bea cînd nu-i este sete, și face dragoste în toate anotimpurile. Dar omul constituie o minune și pentru că, din mii și milioane de exemplare, pe Terra nu se vor găsi doi indivizi identici: minunile nu se repetă...

Fiecare individ reprezintă, așadar, o personalitate distinctă. Dezvoltarea multilaterală a personalității nu poate să ducă la uniformizare, dimpotrivă, ea presupune organizarea armonioasă a trăsăturilor psihomorale ale fiecărui om, în acord cu imperativele sociale. *Congresul al XIII-lea al Partidului Comunist Român* „cere organelor și organizațiilor de partid ca în întreaga activitate politico-educativă de formare a omului nou să situeze pe prim plan dezvoltarea patriotismului revoluționar, socialist, a dragostei față de cuceririle sale revoluționare, a hotărîrii de a lupta și munci pentru făurirea socialismului și comunismului, pentru ridicarea continuă a bunăstării materiale și spirituale a poporului, pentru apărarea cuceririlor revoluționare, a independenței și suveranității României" *(Rezoluția Congresului al XIII-lea al Partidului Comunist Român*. Edit. politică, București, 1984, p.28). În același timp, *Congresul* trasează sarcina ca activitatea politico-educativă să urmărească dezvoltarea puternică a spiritului solidarității internaționale.

Mai trebuie spus cu privire la personalitate că ea se formează în interacțiune cu mediul natural și social de viață. „Nici un om nu e o insulă ce stă complet izolată; fiecare om este o părticică din continent" — spunea, inspirat, poetul englez John Donne (1573—1631). Relațiile sociale, condițiile concrete de existență, apartenența la o clasă sau alta — iată factorii obiectivi ai dezvoltării personalității, așa cum îi relevă gîndirea marxist-leninistă (*vezi* K. Marx și F. Engels, *Opere*, vol. 3, Edit. politică, București 1962, ed. a II-a, p.77). Dar chiar dacă personalitatea umană reprezintă produsul societății și culturii în care omul se naște și trăiește, chiar dacă personalitatea reflectă în structura sa sistemul relațiilor sociale, contradicțiile societății sale, omul nu suportă pasiv influențele exterioare, ci, dimpotrivă, se manifestă activ,

modificînd mediul său de viață în raport cu trebuințele și aspirațiile sale, prin aceasta modificîndu-se pe sine.

Conceptul de „personalitate" este întîlnit în toate științele socio-umane și în filosofie. De fiecare dată se relevă aspectele specifice, unghiul de abordare fiind schimbat, fapt ce impune cu atît mai mult convergența perspectivelor. Filosofia are în vedere „omul", „esența umană". În psihologie se vorbește de „persoană", „personaj", „personalitate" și de tulburările de personalitate. În sociologie se utilizează frecvent termenul de „personalitate socială", accentuîndu-se importanța elementelor sociogene din structura intimă a omului: interiorizarea normelor și valorilor în procesul socializării, însușirea „modelului cultural", formarea idealurilor, dezvoltarea conștiinței. De asemenea, în sociologie, și mai ales în antropologia socială și culturală are o largă circulație termenul de „personalitate de bază", definit de A. Kardiner ca „acea configurație a personalității care este împărtășită de majoritatea membrilor societății ca rezultat al experimentelor timpurii pe care ei le au în comun". *(The Psychological frontiers of society*, New York, Columbia Univ. Press, 1954, p. VI). Principalele elemente ale personalității de bază sînt: tehnicile de gîndire, sistemele de securitate constînd în modalitățile de protecție instituționalizate la care recurge individul pentru a rezista anxietăților produse de frustrare, supraeul și atitudinile religioase.

Deși teoria referitoare la personalitatea de bază se fondează pe concepția freudiană, fiind o „antropologie a scutecelor" — cum o denumesc criticii ei pentru importanța exagerată acordată experiențelor din primii ani de viață (1—3 ani): îngrijirea nou-născutului, modul de înfășare, de hrănire, controlul comportamentelor etc. — , ea ne ajută să înțelegem de ce personalitățile aparținînd aceleiași culturi se aseamănă între ele, formînd așa-numitul „caracter național".

Dacă avem în vedere psihologia poporului român, caracterul nostru național, remarcăm: precumpănirea rațiunii, raționalism *(lato sensu)*, realism, sentimentul viu al naturii, melancolia doinei, umor și vivacitate, sentimentul național adînc, dar sobru, însoțit de un spirit de largă toleranță, putere remarcabilă de absorbție, spirit de măsură și înțelegere concretă a situațiilor, refuzul misticismului *(cf.* Athanase Joja, *Profilul spiritual al poporului român*, în *Logos și ethos*, Edit. politică, București, 1967, p. 275—292). Îndepărtarea

continuă de credințele mistico-religioase, creșterea demnității și mîndriei naționale, concomitent cu spiritul internaționalist militant, sporirea creativității, încorporarea tot mai profundă a normelor și principiilor eticii și echității socialiste adaugă noi elemente „caracterului național" al românilor în actuala etapă de construcție a socialismului în țara noastră.

Între universal și particular: tipurile de personalitate

Deși nu pot fi întîlnite două personalități identice, s-a observat, încă dinaintea apariției psihologiei ca știință, că anumite caracteristici semnificative ale proceselor psihice se regăsesc într-o structură foarte asemănătoare la un număr mai mare de indivizi. Pe baza caracteristicilor pregnante morfo-fiziologice, psihologice, morale etc. comune, indivizii umani sînt grupați în clase omogene care alcătuiesc tipurile de personalitate. Începînd cu „părintele medicinii" Hipocrat din Kos (460 — 375 î.e.n.), s-au alcătuit tipologii dihotomice, trihotomice sau cu un număr sporit de clase mutual exclusive. Există astăzi peste cincizeci de tipologii diferite *(vezi* Paul Popescu—Neveanu, *Dicționar de psihologie*, Edit. Albatros, București, 1978, p. 736—753). Cunoașterea tipologiilor personalității — a celor valide din punct de vedere științific — servește atît la caracterizarea oamenilor, cît și la prognoza modului lor de a reacționa. De asemenea, educația și autoeducația presupun stabilirea tipului de personalitate, chiar dacă cei mai mulți dintre noi (aproximativ 60%) aparținem unor tipuri intermediare și mixte.

Tipurile temperamentale (sanguinic, melancolic, coleric, flegmatic) descrise de Hipocrat rezultă din predominanța uneia din umorile *(hormones)* organismului uman: sînge, bila neagră, bila galbenă, flegma. Amestecul acestor tumori (temperamentul) în anumite proporții ar asigura starea de sănătate. Concepția lui Hipocrat se bazează pe sistemul filosofic al lui Empedocle (490—430 î.e.n.), potrivit căruia natura ar fi compusă din patru elemente materiale necreate indestructibile și imuabile: aer (cald și umed), pămînt (rece și uscat), foc (cald și uscat), apă (rece și umed). Teoria temperamentelor umorale, foarte răspîndită în antichitatea timpurie, preluată și dezvoltată de Galenus (medic grec, 130—200 e.n.), care a identificat nouă tipuri temperamentale, a fost respinsă

de cercetarea științifică modernă, dar denumirea tipurilor (sanguinic, melancolic, coleric, flegmatic) s-a păstrat, caracterizînd — după marele fiziolog sovietic I.P. Pavlov (1849—1936) — tipurile de activitate nervoasă superioară:

— puternic, neechilibrat, excitabil = coleric;
— puternic, echilibrat, mobil = sanguinic;
— puternic, echilibrat, inert = flegmatic;
— slab = melancolic

În mod obișnuit, colericii sînt caracterizați ca irascibili, sanguinicii sînt considerați optimiști, melancolicii — triști, iar flegmaticii — apatici.

Tipologiile morfofiziologice ale personalității sînt relativ numeroase (Viola, Pende, Kretschmer, Sheldon, Martiny, Corman ș.a.). Dintre acestea, o vom prezenta doar pe cea propusă de Ernest Kretschmer. Tipologia psihiatrului german Ernest Kretschmer (1888—1964) se bazează pe corespondența dintre constituția anatomomorfologică și tipul temperamental. În urma observațiilor clinice, Ernest Kretschmer a stabilit că persoanele *picnice* (în limba greacă *pyknos* înseamnă „gras") au temperament *cicloid*, iar persoanele de tip constituțional *leptosom* (în limba greacă însemnînd *„corp subțire"*) au temperament *schizoid*. Între cele două extreme „cicloid - schizoid" se află un tip temperamental *intermediar*, avînd o structură anatomomorfologică atletică.

Din punct de vedere psihomoral, ciclotimicii sînt spontani, oameni „dintr-o bucată", efectuează cu greutate mai multe activități concomitent datorită incapacității de a avea o atenție distributivă. Au o gîndire concretă, bogată în imagini plastice, fiind foarte buni povestitori. Se exprimă mai bine oral decît în scris. Sînt sugestionabili și ușor de convins. Altruismul, generozitatea, căldura sufletească, sentimentul că „ai pe cine te baza", spontaneitatea contactelor umane, senzația de bună dispoziție îi recomandă pe ciclotimici în relațiile interpersonale.

La polul opus, *schizotimicii* se caracterizează prin originalitate, înclinație spre analize abstracte și sistematizări riguroase. Au atenția larg distributivă. Schizotimicii devin mai degrabă scriitori originali decît oratori străluciți. Din punct de vedere caracterial, schizotimicii reprezintă puritatea, devotamentul pasionat, altruismul nelimitat, abnegația desăvîrșită. Și această tipologie, propusă de Ernest

Kretschmer în 1921, este astăzi depășită. Ea conține, însă, numeroase elemente utile pentru înțelegerea și descrierea personalității, corelînd semnificativ cu tipologia lui C.G Jung.

Tipologiile psihologice s-au dezvoltat cu precădere în ultimele decenii (Freud, Jung, Jaensch, Lüscher ș.a.). Tipologia lui C.G. Jung, dezvoltată în zilele noastre de H.J. Eysenck (n. 1916), este cea mai larg acceptată. Psihiatrul elvețian C.G. Jung (1875 — 1961) clasifică oamenii — după felul în care se raportează la mediul înconjurător — în două tipuri extreme (extravertit și introvertit) și un tip intermediar (ambivalent).

Extravertitul este o persoană orientată spre lumea exterioară, evită singurătatea, caută inițiativa și își asumă sarcina conducerii activităților de grup, e agreat de ceilalți. Își asumă responsabilități sociale, înfruntă riscul, e optimist, iubește viața plină de neprevăzut. Extravertitul tipic simte nevoia comunicării cu ceilalți, are mulți prieteni, acționează rapid, e gata de ripostă, tinde spre agresivitate și își pierde ușor stăpînirea de sine și controlul sentimentelor.

Introvertitul se caracterizează prin centrarea asupra lui însuși, prin orientarea către sine. Persoanele introvertite sînt contemplative, liniștite, rezervate față de alții. Deosebit de sensibile, persoanele introvertite sînt înclinate mai mult spre lumea abstracțiilor decît spre viața practică, dau dovadă de timiditate și lipsă de încredere în ele însele. Își autoanalizează perpetuu sentimentele, iau toate lucrurile în serios, își fac planuri de viitor, evitînd acțiunea sub impulsul momentului, duc o viață ordonată.

Tipologiile sociologice se referă atît la cadrele de conducere (tipuri de lideri), cît și la personalitate în general (tipuri de personalitate). Spre deosebire de tipologiile anterior prezentate, tipurile sociale de personalitate au o determinare valorică în funcție de orientarea spre introducerea noului în societate și susținerea progresului social. După natura reglării conduitei (autoreglare, reglare cu mijloace sociale și juridice, reglare cu mijloace fizice — A. Roback, 1931), în funcție de atitudinile dominante (practic, teoretic, estetic, religios, dominator, social — Wilhelm Dilthey, W.G. Allport ș.a.) sau de maniera relațiilor individuale private (boem, filistin — W.I. Thomas și Fl. Znaniecki), după factorii care controlează acțiunea indivizilor umani (tipul tradițional, autonom, he-

teronom — David Riesman) sau după raportul față de nou (tipul creator, apărător al creațiilor, prejudiciator al societății, întreținut de societate — Jan Szczepanski), au fost elaborate tipologii sociologice care urmăresc „bazele diferențierii personalității în structura grupurilor sociale în cadrul cărora se desfășoară socializarea " (Jan Szczepanski, *Noțiuni elementare de sociologie*, Edit. științifică, București, 1972, p. 120). Totuși, pînă în prezent, tipologia sociologică a personalității nu este încă deplin structurată. În sociologia occidentală, abordarea nedialectică a raportului individ/societate conduce de multe ori la stabilirea unor tipologii speculative. Așa, spre exemplu, procedează sociologul american David Riesman, cînd, pe baza unei largi anchete sociologice efectuate în anii 1948—1949, analizează atitudinea cetățenilor americani față de politică, familie, muncă etc. și stabilește trei tipuri de personalități sociale, corespunzătoare tipurilor de societate (în număr de trei), determinate de tendințele proceselor demografice. În funcție de ceea ce orientează acțiunea oamenilor, sociologul american amintit distinge tipul tradițional *(tradition-directed* sau determinat de tradiție), specific vechilor societăți, în care schimbările erau foarte lente, tipul *autonom (inner-directed* sau introdeterminat), orientat în acțiunile sale de propria-i conștiință, de normele și valorile interiorizate în procesul socializării și, în fine, tipul *heteronom (other-directed* sau extro-determinat), caracteristic societății moderne. Acest ultim tip de personalitate, în curs de afirmare, s-ar orienta în activitățile sale nu după ceea ce crede el că e bine sau rău, ci după ceea ce așteaptă ceilalți de la el. Fiecărei perioade din istoria societății îi corespunde un tip de personalitate, alături de care apar personalități de tip nou. Între aceste tipuri de personalitate se manifestă contradicții vizibile la toate nivelurile vieții sociale (politic, economic, educativ etc.). Tipologia propusă de David Riesman în lucrarea *The Lonely Crowd* (1950), scrisă în colaborare cu Nathan Glazer și Reuel Denney, are un caracter speculativ — așa cum afirmă și Margaret Mead. Autorii disting două revoluții esențiale care au marcat caracterul social al omului occidental, din Evul Mediu pînă în prezent: Renașterea, care încheie epoca medievală și deschide epoca revoluțiilor industriale și politice din secolele XVII-XIX, și epoca modernă (secolul al XX-lea), în care mitul consumului prevalează asupra producției. Nu putem să nu remarcăm caracterul vag al tipologiei, simplificarea excesivă a evoluției societății, supralicitarea importanței factorilor demografici în viața socială și ignorarea sau diminuarea importanței factorilor economici și politici. Societatea modernă, de exemplu cuprinde atît sistemul socialist, cît și pe cel capitalist, fiecăruia fiindu-i caracteristic un anumit tip de personalitate.

Tipul de *personalitate comunistă*, în plin proces de formare la scară de masă la noi în țară, este prefigurat de principiile eticii și echității socialiste înscrise în *Programul Partidului Comunist Român de făurire a societății socialiste multilateral dezvoltate și înaintare a României spre comunism.* Personalitatea comunistă se definește prin acțiunea de transpunere în viață a programului partidului, prin însușirea temeinică a concepției științifice, revoluționare despre viață și societate, a principiilor politicii partidului nostru. Personalitatea comunistă se caracterizează prin patriotism, prin dragostea pînă la jertfa de sine pentru patrie și popor. Patria, gîndită ca teritoriul locuit de un popor sau de o națiune, este mai mult decît pămîntul sfînt al țării, cu munții, dealurile și cîmpiile sale, este mai mult decît „spațiul fizic". Patria reprezintă solul fără de care ființa națională n-ar putea exista, este mediul fizic, psihic, social și politic în care se nasc, trăiesc și muncesc generații după generații oamenii, fapt ce le conferă o anumită fizionomie spirituală.

Patriotismul nu poate fi redus la o stare de emoționalitate spontană, naturală — așa cum îl consideră unii filosofi idealiști (de exemplu, Nikolai Aleksandrovici Berdeaev, 1874—1948, promotorul existențialismului religios ortodox). Ca atitudine și trăsătură de personalitate, patriotismul include fenomenele de conștiință, raționalitate, astfel încît personalitatea comunistă manifestă o atitudine de prietenie frățească față de toți oamenii muncii, indiferent de naționalitate, promovarea internaționalismului proletar.

Munca, apărarea și dezvoltarea proprietății socialiste, respectarea legilor țării, subordonarea intereselor particulare celor generale, atitudinea morală în familie, spiritul critic și autocritic, gîndirea cutezătoare, îndrăzneață, aspirația spre dreptate socială și națională, promovarea noului și lupta pentru făurirea unei lumi mai bune și mai drepte pe planeta noastră — definesc, în concepția P.C.R., personalitatea comunistă.

Caracteristicile fundamentale ale personalității comuniste au fost cu claritate precizate în cuvîntările secretarului general al partidului nostru. Astfel, în *Cuvîntare la Consfătuirea de lucru de la Comitetul Central al Partidului Comunist Român* din 23 septembrie 1977, tovarășul Nicolae Ceaușescu arăta: „A fi comunist înseamnă a avea o înaltă conștiință revoluționară, a lucra mereu mai bine și mai conștiincios pentru interesele oamenilor muncii, ale întregului popor, a servi cauza partidului, a socialismului, a patriei în orice împrejurări. Comunistul trebuie să fie exemplu de cinste, de onestitate, de spirit de răspundere în îndeplinirea sarcinilor la locul său de muncă" (Nicolae Ceaușescu, *Cuvîntare la Consfătuirea de lucru de la Comitetul Central al Partidului Comunist Român, 23 sept. 1977*, Edit. politică, București 1977, p. 25).

În concepția partidului nostru, personalitatea comunistă — străină atitudinii de automulțumire și îngîmfării — se caracterizează și printr-un înalt spirit de răspundere, disciplină, modestie, spirit de tovărășie, de colectivitate.

În *Raportul* prezentat la *Conferința Națională a Partidului Comunist Român din 16—18 decembrie 1982*, tovarășul Nicolae Ceaușescu a arătat sarcinile actuale în activitatea politico-educativă de formare a omului nou: sublinierea permanentă a superiorității socialismului, a umanismului revoluționar, a relațiilor de producție socialistă și a repartiției produsului social și național în spiritul eticii și echității socialiste. Secretarul general al partidului atrăgea atenția că „este necesar să veghem, totodată, la afirmarea neabătută în viață a acestor principii în toate domeniile de activitate". (Nicolae Ceaușescu, *Raport la Conferința Națională a Partidului Comunist Român din 16—18 dec. 1982*, Edit. politică, București, 1982, p. 51). Accentuarea rolului de proprietar, producător și beneficiar al oamenilor muncii, sporirea răspunderii fiecărui membru al societății pentru dezvoltarea continuă a proprietății socialiste, dezvoltarea mîndriei patriotice a oamenilor muncii, fără deosebire de naționalitate, cultivarea dragostei față de popor, patrie și partid, dezvoltarea la tineri a spiritului revoluționar și a dorinței de a-și însuși cele mai noi cuceriri ale științei și cunoașterii umane, adîncirea sentimentului solidarității internaționale, combaterea concepțiilor și mentalităților vechi, retrograde, a ideologiei capitalismului și a influențelor burgheze, respingerea naționalismului, șovinismului, rasismului, antisemitismului, încrederea nestrămutată în politica de pace și independență națională a partidului — toate aceste direcții ale muncii politico-educative stabilite de Congresul al XIII-lea al partidului nostru conduc la afirmarea tot mai deplină a personalității comuniste, a omului nou.

Așa cum remarca într-unul din eseurile sale filosofice Dumitru Popescu, „fiecare epocă a avut oamenii ei noi și oamenii ei vechi" (Dumitru Popescu, *Între îngeri și demoni*, în *Ieșirea din labirint*, Edit. Eminescu, București, 1973, p. 9). Firește, nici socialismul nu ocolește acest adevăr. Dintre formele concrete sub care apar în societatea noastră mentalitățile vechii societăți, în lucrarea amintită sînt analizate: lichelismul, blazarea și individualismul. Ca reminiscență a atitudinii discreționale a fostului proprietar privat și a practicilor vechiului stat burghez est-european, lichelismul, „specula cu puterea revoluționară a maselor", se exprimă, în esență, „prin transformarea împuternicirilor publice, date pentru a sluji majoritatea, în privilegii personale" (idem, p. 25). Blazarea și individualismul — adevărate patologii ale personalității — reflectă detașarea jignitoare a individului față de colectivitate și lipsa de perspectivă asupra înlănțuirii trecut-prezent-viitor.

În opoziție cu „omul vechi", în societatea noastră socialistă tot mai mult se afirmă „omul viitorului", eroul comunist al muncii, care, după autorul amintit, este un vizionar animat de marile idealuri umane, un ctitor realist și dinamic, situat în permanență de partea adevărului și dreptății, a maselor de oameni ai muncii. Un astfel de „erou", plasat mai presus de orgoliul omenesc, se simte răspunzător de prezentul și de viitorul omenirii.

Determinările personalității: rol—status-urile sociale

Raportul status—rol—personalitate nu poate fi științific abordat decît de pe pozițiile materialismului dialectic și istoric. Poziția față de mijloacele de producție constituie elementul determinant al status-ului social al unei persoane, explică acțiunea sa — rolul social pe care îl are — , precum și trăsăturile de personalitate fundamentale. Relațiile de producție, în unitatea lor dialectică cu forțele de producție, își pun amprenta asupra personalității, poziția în relațiile

de producție și de schimb ducînd la dezvoltarea unor anumite laturi ale personalității. În *Contribuții la critica economiei politice* (1859), K. Marx, analizînd poziția vînzătorului și a cumpărătorului, arăta că pozițiile diferite ale oamenilor în sistemul social nu decurg din „natura umană", ci din relațiile sociale.

Termenul de „status" a fost preluat din filosofia socială promovată de Thomas Hobbes (1588 — 1679), John Locke (1632—1704) ș.a., preocupată de problemele autorității și ordinii sociale. În filosofia socială, prin „status" erau desemnate drepturile și datoriile unei persoane, puterea de care aceasta dispunea.

În sociologia burgheză clasică, Max Weber (1864—1920) a dat termenului de status un sens pur psihologic, apropiat celui de prestigiu social. Acest sens se păstrează în sociologia (inclusiv psihosociologia) nemarxistă contemporană. Eludîndu-se legătura dintre poziția de clasă și status, termenul de „status" este utilizat frecvent în lucrările sociologice occidentale pentru a desemna doar distribuția prestigiului în societate. Apartenența de clasă reprezintă, însă, fundamentul teoriei personalității în sociologia marxist-leninistă *(Grundlagen der marxistisch-leninistischen Soziologie*, Harausgegeben von Georg Assmann, Rudhard Stollberg, Dietz Verlag, Berlin, 1979, p. 252).

Din perspectiva antropologiei culturale, Ralph Linton, prin lucrarea *The Study of Man* (1936), a contribuit substanțial la clarificarea conținutului conceptului de „status", definindu-l ca „loc al individului în societate", ca „o colecție de drepturi și datorii". Această definiție a fost preluată în sociologie și psihosociologie. Astfel, Jean Stoetzel înțelege prin status „ansamblul comportamentelor la care (individul) se poate aștepta legitim din partea altora" *(La Psychologie sociale*, 1963).

Este foarte importantă distincția făcută de Ralph Linton între „status-ul actual", care este pus în evidență la un moment dat, și „status-ul latent" al unei persoane. Fiecare om are concomitent mai multe status-uri, dar pune în evidență, în funcție de situația socială concretă, un anumit status, celelalte rămînînd în stare latentă. Inteligența socială în relațiile interumane constă tocmai în actualizarea status-ului social cerut de împrejurări. Să luăm un exemplu. În același timp, o persoană poate avea status-urile de bărbat matur, rudă

părinte, prieten, fiu, membru al unei asociații sportive ș.a.m.d. În raporturile cu părinții va activa status-ul de fiu; printre cunoscuți cel de prieten, în familie cel de părinte etc. Respectiva persoană nu va da dovadă de inteligență socială dacă în cadrul echipei sportive va pretinde să i se respecte status-ul profesional sau familial.

Multitudinea status-urilor ocupate de una și aceeași persoană în diferite sisteme sociale particulare constituie „setul de status-uri" al respectivei persoane. În cadrul acestuia, putem distinge „status-urile atribuite" sau înnăscute, pentru care individul nu a optat (de exemplu, status-ul de bărbat sau femeie, originea socială etc.), și „status-urile achiziționate" sau dobîndite, pe care persoana și le-a ales și pentru obținerea cărora a făcut eforturi, a acceptat anumite renunțări (de exemplu, status-ul profesional, apartenența politică etc.). Status-ul profesional ocupă locul central în constelația status-urilor asociate unei persoane. În jurul lui se cristalizează celelalte status-uri parțiale. Status-ul de profesor — de exemplu — influențează toate celelalte status-uri ale persoanei, conferă unitate (congruență) status-ului social.

Există, însă, și situații de incongruență a status-ului unei persoane, de conflict între status-urile pe care le are la un moment dat. Conflictul „inter-status" poate fi generat de opoziția dintre status-urile atribuite și cele dobîndite (de exemplu, originea socială și apartenența politică), dar și de exclusivitatea unor status-uri achiziționate (de exemplu, apartenența politică și credințele religioase).

Unele status-uri sînt, însă, generatoare de conflicte prin natura lor internă. Pozițiile intermediare în ierarhia organizațională sînt caracterizate prin astfel de conflicte intrastatus. Să luăm ca exemplu status-ul de maistru într-o întreprindere industrială. Prin poziția sa, maistrul face parte atît din nivelul de execuție, cît și din cel de conducere. Aparține, deci, concomitent la două grupuri în care trebuie să se integreze, să corespundă cerințelor uneori contradictorii. Și alte status-uri profesionale sînt intern conflictuale (de exemplu, subofițerii în organizația militară, asistenții universitari în instituțiile de învățămînt ș.a.m.d.).

Studiile sociologice asupra conflictelor inter și intrastatus au evidențiat importanța interpretării pe care o dau indi-

vizii umani propriilor lor status-uri. După felul în care își reprezintă poziția pe care o ocupă, comportamentul lor va fi subordonat unor cerințe sau altora. Maistrul care își imaginează poziția lui mai aproape de muncitori decît de ingineri va dezvolta un comportament de solidaritate cu aceștia. Asistentul universitar care își interpretează status-ul ca fiind identic cu cel al cadrelor didactice de predare va fi mai reținut în relațiile cu studenții decît colegul lui, asistent universitar și acesta, dar care își apreciază status-ul comparabil într-o bună măsură cu cel al studenților. Firește, în depășirea conflictelor inter și intra-status intervine din plin și posibilitatea de decizie pe care indivizii o au sau nu. În cadrul organizațiilor puternic formalizate opțiunea individuală este limitată, comportamentul fiecăruia fiind în bună măsură determinat de regulamente și dispoziții oficiale.

În analiza structurii sociale trebuie accentuat faptul că status-urile sînt complementare. De exemplu, status-ul medicului nu poate fi corect definit decît în strînsă corelație cu status-ul de bolnav. Status-ul medicului — așa cum îl analiza unul dintre reprezentanții cei mai de seamă ai structural-funcționalismului american, Talcott Parsons (1902—1979), în lucrarea *The Social System* (1951) — se caracterizează prin competență tehnică, universalism (nu își alege pacientul), specificitate profesională (se limitează la tratarea bolii), neutralitate afectivă, dezinteres și altruism. Complementar, status-ul de bolnav grupează următoarele elemente: scutirea de responsabilitate, dreptul necondiționat la ajutor, obligația de a dori însănătoșirea și de a coopera pentru redobîndirea sănătății.

Cunoașterea status-ului social al unei persoane este utilă în activitatea de conducere politico-administrativă și pentru faptul că status-ul social corelează semnificativ cu atitudinea și satisfacția muncii. Schimbarea status-ului social determină modificări în atitudinea față de muncă și, de regulă, sporește satisfacția o dată cu promovarea profesională. Cercetările sociologice efectuate de noi au evidențiat că investirea cu responsabilitatea de conducere a grupului de muncă duce la creșterea satisfacției muncii (Septimiu Chelcea, *Satisfacția muncii industriale*, în *Viitorul Social*, nr. 1, 1979, p. 91—101)

Status-urile sociale se exprimă printr-o serie de simboluri și de semne distinctive, cum sînt decorațiile și medaliile, uniformele și portul național, îmbrăcămintea, mai general,

„modul de prezentare în lume", locul și programul de muncă, mărimea retribuției și modul de plată, locuința, cartierul în care domiciliezi ș.a.m.d. În unele întreprinderi industriale, status-ul profesional se exprimă prin culoarea halatului de protecție (albastru pentru muncitori, alb pentru ingineri etc.). Asociația dintre status-uri și simbolurile prin care acestea se exprimă este foarte puternică, astfel încît în sociologia occidentală se substituie status-ul prin simbolul său. Astfel, se vorbește despre „gulere albastre" *(blue collar)*, pentru a desemna status-ul de muncitori, și de „gulere albe" *(white collar)* pentru status-ul de specialist fără funcție de conducere.

Există — aprecia profesorul H.H. Stahl — „o întreagă semiotică, adică un limbaj transmițător de informații despre rolurile sociale, pe calea uniformelor și insignelor" (Henri H. Stahl, *Status-uri, roluri, personaje și personalități sociale*, în *Sociologie generală*, Miron Constantinescu (coord.), Edit. științifică, București, 1968, p. 124). Exercitarea unor roluri în viața publică este facilitată de portul uniformei. Un ofițer are o autoritate crescută, intervine mai eficient cînd poartă uniformă. Pentru alte roluri se prevede uniformă numai în exercițiul funcțiunii (de exemplu, roba juriștilor). În instituțiile în care uniforma este obligatorie, dreptul de a purta „haine civile" exprimă un status profesional superior (de exemplu, directorul general într-o întreprindere nu este obligat să poarte halat de protecție). Ca și uniformele, retribuția exprimă sintetic status-ul social: unii „sînt plătiți", alții „obțin", în fine, altă categorie de personal „primește" retribuția. Continuînd, se poate spune că, din punct de vedere social, una este plata cu ora, cu ziua, sau săptămînal și altceva este plata lunară sau indemnizația anuală, deși valoric cîștigul bănesc poate să fie același (Antoine Oldendorff, 1965).

Din punctul nostru de vedere, important este ca prin simbolurile asociate să nu se mărească artificial diferențele dintre status-urile sociale.

Complementar status-ului, *rolul social* reprezintă aspectul dinamic al acestuia, punerea în vigoare a drepturilor și datoriilor asociate status-ului social al indivizilor și grupurilor umane. Așa cum preciza A.M. Rocheblave-Spenlé, noțiunea de „rol" exprimă atît un comportament efectiv, cît și prescripție normativă (*La Notion de rôle en psychologie sociale*, P.U.F., Paris, 1969). Ca prescripție normativă,

rolul reprezintă „ansamblul de comportamente pe care alții le așteaptă legitim" din partea individului (Jean Stoetzel, 1963).

Ca și în cazul status-ului, fiecare persoană, la un moment dat, nu are numai un singur rol, ci un „set de roluri", care pot fi congruente sau incongruente, în ultimul caz putînd să apară conflicte de rol (conflicte inter-rol și intra-rol). La originea unor conflicte de rol (conflicte intra-rol) se poate afla discrepanța dintre trăsăturile de personalitate ale purtătorului de rol și prescripțiile rolului, incapacitatea individului de a satisface cerințele și exigențele rolului. În situațiile de mare tensiune, în cazul unor catastrofe naturale, de exemplu, cînd punerea în act a prescripțiilor rolului nu permite nici o deviere, discrepanța personalitate-rol se accentuează, dînd naștere unor comportamente ineficiente, cu consecințe negative în plan individual și colectiv.

Asociate status-urilor respective, rolurile sociale pot fi „atribuite" (impuse, prescrise) sau „achiziționate" (dobîndite). Rolul de arhitect, de exemplu, este un rol dobîndit, în timp ce rolul de bărbat sau femeie este impus, prescris de la naștere.

Sensul prescriptiv al termenului de rol se referă la așteptările celorlalți față de purtătorii de rol, la normele de rol. Din punctul de vedere al „clarității" rolului, există diferențieri însemnate între diferitele roluri sociale: cele profesionale sînt, de regulă, clar definite. Față de un inginer, de un medic sau de un profesor cerințele societății sînt foarte clare. Nu același lucru se întîmplă cu rolurile de adolescent, de pensionar etc. Rolurile impuse,în cele mai multe cazuri, sînt mai imprecis definite, fapt ce se repercutează negativ în planul integrării sociale a respectivilor purtători de rol.

Nu toate prescripțiile rolului au aceeași valoare: unele sînt esențiale, altele indiferente și, în fine, există prescripții de interdicție. Hrănirea copiilor reprezintă conduita prescrisă esențială a rolului de mamă; a spune povești copiilor este o conduită permisă (indiferentă), iar incestul constituie interdicția universală a rolului de mamă.

Interpretarea rolului, între ceea ce este esențial și ceea ce este interzis, permite o marje de libertate, fiecare om personificînd rolul într-o manieră originală. Așa după cum nu există doi oameni identici, tot astfel în viața socială nu se întîlnesc două modalități identice de interpretare a rolu-

rilor sociale. Rolurile sociale nu trebuie văzute în mod static și rigid determinist. În practica socială, în desfășurarea acțiunii sociale, rolurile sînt modificate de înșeși persoanele care joacă respectivele roluri. Spontaneitatea purtătorului de rol introduce anumite inovații, rolurile purtînd amprenta personalității. În timp, prin comunicare interumană și relații interpersonale, în procesul socializării prescripțiile de rol înregistrează elemente noi. În această ordine de idei, pe deplin îndreptățit, Jean Cazeneuve (n. 1915), profesor de sociologie la Sorbona, observa că rolul este un element al dinamicii sociale, care nu trebuie rigid legat de status (*Dix grandes notions de la sociologie*, Editions du Seuil, Paris, 1976, pp. 135—148). Dar nu numai personalitatea influențează rolurile sociale, ci și acestea influențează personalitatea. Sociologul american Robert K. Merton (n. 1910), analizînd structura birocratică a societății capitaliste, arăta că presiunea constantă la care este supus individul are drept consecință achiziționarea unor trăsături de personalitate cum sînt cele de prudență, obediență, supunere față de reguli etc. (*Social Theory and Social Structure*, 1957).

Între felul în care o persoană își joacă rolul și status-ul său pot apărea contradicții, datorită nepotrivirii dintre trăsăturile de personalitate ale purtătorului de rol și status-ul atribuit sau dobîndit. Prin selecție și orientare profesională se urmărește tocmai punerea de acord a rolurilor cu statusurile profesionale.

Spre deosebire de astfel de nepotriviri, întîlnim cazurile de identificare a individului cu rolul social pe care îl joacă în virtutea status-ului său. Dacă individul continuă a-și asuma rolul dincolo de limitele stricte ale status-ului său, rolul dă naștere unui „personaj". Profesorul H.H. Stahl, care a propus introducerea noțiunii de „personaj" în terminologia sociologică, rezumă astfel raportul rol-personalitate: „există, pe de o parte, situația în care individul refuză să adere la un anumit rol special pretins de încadrarea sa în grupul din care e obligat a face parte, pe de altă parte, aderarea completă la rol, pînă la formarea unui personaj" (Henri H. Stahl, *Status-uri, roluri, personaje și personalități sociale*, în *Sociologie generală*, Miron Constantinescu, (coord.), Edit. științifică, București, 1968, p. 128). Anumite roluri profesionale impun identificarea totală a personalității cu statusul dobîndit. Societatea cere ca medicul — de exemplu —

să-și exercite rolul în orice împrejurare, nu numai în cabinet, în orele de program. Alte roluri sociale, jucate temporar, nu influențează decît în mică măsură personalitatea (de exemplu, rolurile ceremoniale), nu generează „personaje". Important de reținut este însă faptul că sistemul rol-statusurilor sociale se constituie ca model de învățare a comportamentelor sociale acceptate și chiar inovative (Adrian Neculau, *Dinamica rol-status ca învățare socială*, în *Revista de psihologie*, tomul 30, nr.3 din 1984).

Indiferent de status-ul obținut, oricare ar fi rolul social, dezvoltarea multilaterală a personalității presupune manifestarea creativă a fiecăruia. Fără personificarea rolului, fără implicarea socială profundă, omul nu se desăvîrșește ca personalitate socială.

Implicarea socială — împlinirea personalității

În științele socioumane, conceptul de „implicare" are o existență de dată relativ recentă, dar este — după opinia noastră — deosebit de bogat în semnificații pentru înțelegerea acțiunilor umane și de cea mai mare actualitate pentru practica social-economică. Pînă în prezent, sociologii și psihologii au abordat cu predilecție problema „implicării în muncă". Filosofii au dezvoltat teoria „alienării muncii". Perspectivele ni se par complementare: cercetarea empirică se îngemănează cu reflecția teoretică, aspectele umane cu cele de dezumanizare. Imaginea rămîne, totuși, parțială: implicarea în muncă reprezintă doar o latură, chiar dacă fundamentală, a procesului mai complex de implicare socială. Se impune, deci, efortul construirii teoriei implicării sociale, care să lumineze corespunzător practica angajării plenare în viața socială a tuturor agenților acțiunii: oamenii cu scopurile, aspirațiile și idealurile lor.

Ce realitate acoperă însă conceptul de „implicare"? Desemnează el o stare sau un proces? Este implicarea o valoare, un motiv, o atitudine sau ce altceva? Și apoi, cînd dobîndește implicarea calitatea de a fi socială? Cu alte cuvinte, cum devine socială implicarea?

Răspunsurile schițate la aceste întrebări nu au pretenția elaborărilor definitive; ele mărturisesc numai intenția de a incita la reflecție, precum și îndemnul de asumare a responsabilității individului în tot ceea ce, prin fapta sa, influențează colectivitatea, societatea în general.

Din literatura de specialitate (vezi numărul special *Work Alienation and Involvement* al revistei *International Review of Applied Psychology*, volume 30, number 1, 1980) reținem că implicarea a fost inițial definită doar în legătură cu componentele ei cognitive și acționale. Astfel, psihosociologii M. Sherif și H. Cantril (*The Psychology of Ego-involvements*, New York, John Wiley and Sons, 1947) considerau implicarea drept atitudinea indivizilor umani de a se identifica, de a aprecia că activitatea lor face parte din propria persoană. Alți cercetători — J.L. Freedman (1964), de exemplu — aveau în vedere doar dimensiunea acțională a conceptului. Cercetările moderne ajung la concluzia că „implicarea" constituie un concept multidimensional care vizează atît elemente cognitive, cît și afective și acționale (S.D. Saleh, 1981). Restrîngerea sferei conceptului la una sau alta din dimensiuni anulează semnificația teoretică și originalitatea lui. S-a încercat limitarea conceptului doar la aspectele cognitive: T.M. Lodahl și M. Kejner (1965) defineau implicarea în muncă drept gradul în care o persoană se identifică psihologic cu munca sa. Altfel spus, implicarea ar reprezenta importanța muncii în imaginea de sine. Cei doi cercetători amintiți înțeleg prin implicarea în muncă gradul în care performanțele personale afectează stima de sine. Alți cercetători (G.W. Allport, 1943; F.R. Wickert, 1951; B.M. Bass, 1965), luînd în considerare doar dimensiunea comportamentală, sugerau că implicarea poate fi măsurată după gradul de participare activă la muncă. În fine, mulți specialiști — dintre care îi citățm pe M.A. Iverson și M.E. Rauder (1956) și pe L. Siegel (1969) — se refereau la stima față de sine și la influența performanței asupra acesteia, limitînd astfel conținutul conceptului de implicare în muncă la sfera afectiv-evaluativă.

Analiza statistico-matematică modernă a dus la identificarea unor factori ce corespund dimensiunilor cognitive, conative și evaluative. Putem deci spune că numai în unitatea sa structurală cognitiv-afectiv-acțională conceptul de implicare se dovedește util în explicarea și prognoza comportamentelor individuale și de grup.

În ceea ce ne privește, nu reducem aria implicării numai la indivizii singulari, ci, dimpotrivă, apreciem că, mai mult

decît entitățile separate, oamenii în interacțiune pot manifesta o atitudine de implicare sau, în celălalt sens, de apatie, indiferență, nepăsare, neangajare. Considerăm deci că acest concept va trebui inclus nu numai în vocabularul psihologiei, dar și al sociologiei marxiste și, cu atît mai mult, în terminologia psihosociologică.

După opinia noastră, nu prin extensia de la individ la colectivitate devine socială implicarea! Atributul de a fi socială se asociază implicării cînd valorile în jurul cărora se cristalizează atitudinile indivizilor sau grupurilor umane au înaltă semnificație socială, cînd pregătirea acțiunii și realizarea ei afectează global viața comunității. O personalitate se implică social cînd năzuiește și activează pentru binele întregii societăți, în timp ce un grup uman care nu-și urmărește decît interesul propriu, fără a-l racorda la cel general, dă dovadă de neimplicare socială. Așadar, calitatea de a fi socială este dobîndită de implicarea indivizilor și grupurilor umane numai prin raportare la valorile și scopurile social-generale.

Scurtele considerații de pînă aici ne permit să definim „implicarea socială" ca fiind dată de *gradul în care o persoană sau un grup uman se identifică psihologic cu valorile și scopurile social-generale, acționează pentru realizarea lor și apreciază că ele au o importanță majoră pentru viața proprie, pentru personalitate și colectivitate, pentru stima de sine și imaginea colectivă.* Astfel înțeles, termenul de „implicare socială" nu se confundă cu alte concepte, cum ar fi cele de „integrare socială", „participare", „socializare", deși sfera lor se intersectează larg.

Conceptul de „implicare socială" poate fi integrat „teoriei acțiunii sociale", servind la caracterizarea agentului social și la prognoza acțiunii acestuia. După opinia noastră, eficiența acțiunilor umane depinde hotărîtor de gradul de implicare socială; la fel dezvoltarea personalității.

Care sînt însă factorii ce condiționează implicarea socială? În primul rînd, cei de context: nivelul de echitate existent la un moment dat în organizarea societății. Oamenii se implică social în proporții de masă cînd *egalitatea*, *dreptatea* și *demnitatea* devin permanențe ale existenței lor.

Perfecționîndu-se echitatea socialistă, îmbunătățind continuu sistemul de proprietate și de repartiție, optimizînd diviziunea socială a muncii, schimbul între sat și oraș, menținînd permanent vie imaginea omului ca scop, niciodată mijloc, se consolidează premisele implicării sociale și, prin aceasta, dezvoltarea multilaterală a personalității și mersul înainte al societății noastre.

Echitatea scocialistă, așa cum se manifestă ea în prezent în țara noastră, rezultă din faptul că, fără deosebire de naționalitate, oamenii muncii sînt proprietarii, producătorii și beneficiarii direcți ai întregii avuții naționale, aplicîndu-se la scara întregii societăți principiul „nici muncă fără pîine, nici pîine fără muncă". În acest sens, perfecționarea principiilor de proprietate și asigurarea cadrului social-organizatoric de afirmare a calității de proprietari a oamenilor muncii se înscrie în direcția întăririi echității socialiste.

Departe de a considera „echitatea" ca o noțiune avînd conținut invariant, izvorînd din „natura umană" sau „voința divină", așa cum se încearcă în filosofia idealistă să se eludeze caracterul social istoric al raportului echitate-inechitate, concepția revoluționară despre lume și viață afirmă deschis determinismul social-economic al principiului echității. Intim legată de dreptatea socială, echitatea a avut și are un anumit conținut în orînduirea capitalistă și un cu totul altul în societatea socialistă. *Echitatea presupune egalitatea și dreptatea*, fără însă a se confunda cu acestea: egalitatea socială constituie premisa realizării dreptății, iar aceasta, pentru a genera echitate la scara întregii societăți, trebuie asociată cu înaltul ideal moral pe care numai socialismul îl promovează integral.

Lichidarea definitivă a exploatării, proprietatea oamenilor muncii asupra mijloacelor de producție, accesul liber, neîngrădit de privilegii, la instrucție și cultură, posibilitatea reală de dezvoltare armonioasă a personalității asigură egalitatea de drept și de fapt a tuturor cetățenilor patriei.

La rîndul ei, dreptatea socială, conform vechiului principiu „*suum cuique tribuere*" (să se atribuie fiecăruia ceea ce i se cuvine), operează echitabil numai în condițiile egalității șanselor de dezvoltare prin muncă a personalității. În România de azi, dreptatea socială se fondează pe garantarea prin *Constituție* a dreptului de a munci. Conform pregătirii, capacității profesionale, nevoilor societății și ale colectivului în care urmează să-și desfășoare activitatea, fiecare cetățean al țării are dreptul să lucreze în meseria sau profesiunea

sa și să fie promovat în categorii superioare de încadrare, potrivit condițiilor de studii și vechime prevăzute de lege.

Superioritatea socialismului în raport cu orînduirile formate din clase sociale antagoniste constă în posibilitatea creată ca fiecare cetățean apt de muncă să contribuie la dezvoltarea societății, împlinindu-se astfel uman ca personalitate multilateral dezvoltată.

Garantarea dreptului la muncă este corelată în țara noastră cu repartiția echitabilă a veniturilor. De la o etapă la alta, în sistemul de repartiție s-au adus noi și noi îmbunătățiri, stabilindu-se în prezent drept criteriu de retribuție raportul 1:5 între veniturile mari și mici. Dacă ne gîndim că într-un trecut nu prea îndepărtat chiar la noi acest raport înclina sensibil în favoarea celor cu venituri mari, dacă avem în vedere că în majoritatea statelor lumii diferențele dintre veniturile mari și mici depășesc proporția stabilită în țara noastră ne putem forma o imagine mai clară asupra a ceea ce înseamnă azi România muncii și a echității.

Egalitatea și dreptatea traduc într-un sistem de organizare socială o anumită filosofie despre om. Însuși obiectivul fundamental al etapei actuale — realizarea unei noi calități a muncii și vieții — reflectă esența politicii P.C.R. și fundamentul său filosofic: omul — valoare supremă.

Acționîndu-se în spiritul revoluționar al *Raportului* prezentat de tovarășul Nicolae Ceaușescu la cel de-al XIII-lea Congres al Partidului Comunist Român (19—22 noiembrie 1984), perfecționarea echității socialiste va crea, fără îndoială, condițiile sociale tot mai favorabile implicării mai profunde în muncă a tuturor cetățenilor patriei. Tot ceea ce s-a creat în această țară este opera poporului, a oamenilor muncii. Tot ceea ce ne-am propus să realizăm — o viață mai bună și mai demnă — nu se poate înfăptui decît prin muncă.

Implicarea tuturor în muncă, la toate nivelurile, devine factor hotărîtor în atingerea obiectivului de ridicare a bunăstării generale. Echitatea socialistă, care s-a impus ca mod de trai, favorizează formarea unei atitudini angajante, de identificare a omului cu munca sa. Dar factorii sociali, exteriori individului, nu sînt suficienți. Totdeauna intervin stimulator sau frenator factorii de personalitate. A te simți implicat în ceea ce înfăptuiești, din punct de vedere psihologic înseamnă a acorda importanță acțiunii tale, într-un cuvînt, a te centra

pe muncă, a face din munca ta axul vieții. Autoevaluarea, stima față de sine a celui ce se implică în muncă se reflectă fidel în cantitatea, calitatea și importanța socială a muncii desfășurate. Măsurînd implicarea în muncă după gradul în care o persoană se identifică cu munca sa, participă activ la ea și consideră rezultatele obținute ca fiind esențiale pentru respectul față de sine, cercetările moderne de psihosociologie au evidențiat multidimensionalitatea acestui concept. Se impune adîncirea în continuare a cercetărilor de sociologie și psihologie în contextul concret al realităților din țara noastră: ce raport există între motivația muncii și implicare? Dar între gradul de implicare și satisfacția muncii? Cum acționează variabilele socio-demografice (vîrstă, rezidență etc.)? Care este strategia educațională optimă pentru ca, în mod conștient, copiii și tinerii să lege valoarea personală de faptul muncii? Care sînt cele mai eficiente modalități de consolidare la tînăra generație a atitudinii de implicare în muncă?

Psihosociologii consideră implicarea în muncă drept o variabilă intermediară, fiind determinată de motivație și condiționînd în același timp satisfacția muncii. Ca latură energetică a acțiunii umane, motivația este canalizată într-o direcție sau alta, implicarea, ca atitudine, fiind cea care orientează cursul acțiunii. Rezultă de aici că formarea atitudinii de implicare în muncă depinde de însușirea valorilor sociale. Or, munca, în toate timpurile, a avut un rol hotărîtor în progresul societății și în dezvoltarea personalității, constituind astfel o valoare socială fundamentală: omul însuși este creația muncii. Creierul, mîna, organismul uman în ansamblu poartă în structura lor însemnele muncii. Exercitarea predispozițiilor, a „datului" biologic transformă potențialitatea în calitate umană. Energiile naturii sînt schimbate în energii ale culturii. Omul însuși se culturalizează prin muncă, își dezvoltă aptitudinile, se perfecționează moral. Retragerea ca spectator într-o societate a muncii și creației libere prejudiciază atît individului, cît și colectivității. De aceea, societatea nu poate rămîne indiferentă față de cei care se sustrag muncii și ridică lenea la rangul de principiu guvernator al vieții. În beneficiul lor și al societății, toți cetățenii valizi trebuie să muncească, pentru că nu lenea, ci munca asigură și reglementează viața colectivităților umane. De asemenea, nu detașarea, ci implicarea în muncă susține progresul social și dezvoltarea personalității.

Sublinierea de către tovarășul Nicolae Ceaușescu a semnificației social-umane a muncii orientează cercetarea sociologică și psihologică spre căutarea formelor optime de diviziune a muncii, de organizare a ei, astfel ca aceasta să constituie pentru toți cetățenii patriei nu numai un mijloc de subzistență, dar și un prilej de autentică bucurie, o modalitate superioară de afirmare a personalității. A face ca munca, prin structura ei, prin succesiunea operațiilor și dozarea efortului, prin contactele umane și îmbinarea fericită a componentelor fizice și intelectuale, să corespundă mai deplin naturii umane — iată contribuția majoră a științelor socio-umane la formarea omului nou, știut fiind că așa cum e munca e și omul. O activitate productivă săracă în conținut, simplă, cu gesturi repetitive, șablonizate, cu un ciclu de reluare a operațiilor la intervale scurte, fără efort intelectual, dar cu un mare consum energetic nu dezvoltă, ci atrofiază personalitatea umană. Dimpotrivă, îmbogățirea muncii prin proiectarea adecvată a tehnologiilor, corespunzător trebuințelor și aspirațiilor umane în dinamica lor, conferă muncii adevărata ei forță educativ-formativă. Cu cît crește complexitatea muncii, cu cît sporește solicitarea gîndirii creatoare în ansamblul muncii, cu atît mai mult se implică individul în ceea ce face, simțindu-se responsabil în sarcina ce o îndeplinește, totodată evaluîndu-se pe sine după munca desfășurată.

Socialismul și-a propus să perfecționeze munca socială și diviziunea muncii în societate, deschizînd perspectiva transformării chinului muncii în satisfacție a muncii. Desigur, munca nu va fi niciodată joc, dar, pe măsura îmbogățirii ei în conținut, va înceta să mai fie resimțită ca efort penibil, oamenii găsind în desfășurarea ei mijlocul de împlinire spirituală, de dezvoltare multilaterală.

Îmbogățirea muncii în capitalism — atunci și atît cît s-a încercat — nu a avut rezultate pozitive, de durată. Analizînd acest aspect, teoreticienii occidentali, așa cum face — ca să dăm doar un singur exemplu — Jean-Jacques Servan-Schreiber în *Sfidarea mondială* (București, Edit. politică, 1982, p. 281), își manifestă dezamăgirea față de efectele economice pe termen lung ale încercărilor de a umaniza munca prin îmbogățirea conținutului ei. Ei uită însă un lucru: inechitatea socială nu se oprește la porțile fabricii. Dacă după o perioadă de entuziasm și de sporire a productivității se fac resimțite apatia, indiferența sau chiar ostilitatea față de mun-

că, scăzînd îngrijorător producția, aceasta se datorează contextului social-politic general, nu modului concret de organizare a muncii. Într-o societate clădită pe mari discrepanțe economice, pe injustiție socială, oazele de umanitate reprezentate de experiențele de îmbogățire a muncii — cum sînt cele de la uzina din Kalmar a faimoasei firme de automobile Volvo — nu își pot exercita benefic virtuțile. Munca nu se desfășoară într-un vacuum social. Sistemul social-politic își pune amprenta asupra mentalității oamenilor, determinînd manifestări pozitive sau negative în procesul muncii și în afara ei.

Socialismul, ca societate a muncii și echității, oferă, prin esența lui, premisele implicării oamenilor în munca mereu mai bogată în conținut, mai creativă, mai umană. Întărirea continuă a democrației socialiste, muncitorești, perfecționarea cadrului organizat de participare a oamenilor muncii la conducerea societății, la adoptarea deciziilor politice majore, ca și la luarea hotărîrilor legate nemijlocit de viața și munca lor, asigură în fapt manifestarea echității socialiste, implicarea în muncă și, pe această bază, implicarea socială.

Totodată, în afara factorilor de context, implicarea socială depinde și de factorii de personalitate, de experiența de viață sedimentată în sistemul convingerilor și idealurilor ce animă oamenii, masele largi populare. Influențele cultural-educative își pun inconfundabil amprenta în structura personalității și în configurarea colectivităților umane, transformînd valorile și scopurile generale în etalon al respectului de sine. Indivizii și colectivitățile care se centrează pe astfel de valori și percep scopurile generale ca fiind scopuri proprii cresc o dată cu țara, se împlinesc o dată cu progresul societății.

Poate că nu toți am conștientizat încă îndeajuns faptul că, fără a ne implica social, nu ne desăvîrșim ca oameni, nici societatea în întregul ei nu se dezvoltă. Și, nu o dată, se întîmplă ca oamenii care, prin statutul lor social, ar trebui să-și spună cuvîntul în problemele sociale tac, cei care ar putea să dezlănțuie entuziasmul muncii colective se mulțumesc să transmită sarcini, iar cei ce ar urma să-i asculte doar îi privesc absenți. Neimplicarea nu-i semn de înțelepciune, nici măsură a vitalității, chiar dacă atinge senectutea.

A-ți asuma responsabil problemele tale și ale colectivității, a trăi prin ele și pentru ele — iată dimensiunea demiurgică,

a omului, singura cale de urmat. Să gîndim să simțim, să acționăm astfel încît să putem spune — după dictonul antic readus în contemporaneitate de conștiința revoluționară — *nimic din ce se întîmplă în patria noastră și-n lume nu ne este indiferent!*

*

- Om simplu, adică — psihologic — extrem de complex.
- Adevăratul adversar al omului — ignoranța sa.
- *Tinerețea:* vîrsta la care nu operează înțelepciunea „între două rele este mai bună cea mai puțin rea dintre ele".
- Este o mare diferență între a fi „om de lume" și „om de omenie".
- *Suspiciosul:* te bănuiește că ai intenționat să-l calci pe umbră!
- *Opțiune:* ori ciocan, ori nicovală. Mai bine Om!
- Cîte lucruri minunate n-am realiza dacă am fi stăpîni pe meseria de om!
- Omul poate fi leneș, dar leneșul nu poate fi om. (Nu avem în vedere numai animalul din familia *Bradypodiae*, care trăiește în pădurile tropicale din America de Sud!)
- Frumusețea morală constă în lipsa ostentației.
- Simțul datoriei nu este nimic altceva decît bunul-simț în relațiile cu ceilalți, cu societatea.
- — Ce e omul? O lumină în marea de întuneric, un astru. Și sînt atîtea stele care există, dar nu luminează...
- Cine imită și nu recunoaște, paradoxal, se rușinează de faptul cel mai natural și cel mai larg răspîndit în lume.
- Supunerea față de înțelepți înnobilează personalitatea umană.
- *Evoluție.* A fost muncitor. A urmat școala de maiștri. Apoi Politehnica. A devenit inginer, dar a rămas tot muncitor.
- — Sînt prea ocupat ca să fiu preocupat de mine.
- *Om de nădejde:* cînd se apucă de un lucru nu se lasă pînă nu-l isprăvește. Nimic nu mai rămîne din el!
- Nu te încrede prea mult în tine: o dată te fură somnul și nu mai știi ce vorbești.

- Dați-i unui om privilegiul de a decide dacă vreți să-l cunoașteți cu adevărat.
- Pentru nimeni nu răsare soarele de două ori în aceeași zi.
- Toți trăim în veacul în care ne-am născut, chiar dacă unii îl depășesc prin idealuri.
- Cînd, salutîndu-ți șeful, atingi cu degetele podeaua, ai patru labe.
- *Inerție socială.* Spuneau: e tînăr. I-au pus pe umeri mai mult decît putea să ducă. Au trecut anii, s-a gîrbovit și a ieșit la penise... tot tînăr.
- *Exigență.* În viața socială, adevărata victorie se obține numai pe cîmpul de luptă și cu armele adversarului.
- Pentru că își dactilografia lucrările la aceeași mașină, învățăcelul credea că scrie la fel ca magistrul.
- Cînd te roagă șeful... mai bine ți-ar ordona!
- *Personalitate (pseudo).* Totdeauna, împotriva tuturor, să susții că șeful tău direct are dreptate.
- Cînd spune: „De mîine am să fac...", să nu-l crezi. Să te îndoiești chiar dacă declară: „De azi începînd..."
- Examenul gîndirii trebuie făcut la primele semne de slăbiciune. Dar cine se alarmează de propria-i naivitate?!
- Prietenia nu este exclusiv aprobatoare: fără momente de disociere, acordul își pierde valoarea.
- *Confuzie:*
  — Înțeleptul vede, aude și nu spune nimic;
  — Cred că este totuși vorba despre orbul surdo-mut!.
- Între respect și slugărnicie distanța nu-i mare, dar prăpastia este adîncă.
- Să nu-ți vorbești de bine șefii. S-ar putea ca lumea să-i cunoască!
- Mult a fost, destul a mai rămas — spunea un țăran care avea, fără îndoială, simțul istoriei.
- Cu atenții materiale nu se cîștigă, ci se pierde bunăvoința celor generoși.
- S-o spui „p-a dreaptă" nu-i lucru mare, s-o faci fără să jignești, asta da!
- — Ce zi infernală! N-am putut sta și eu o clipă pe scaun! zise directorul, ridicîndu-se din fotoliu.

• *Miopie*
A privi înapoi după ce ai făcut din lungul vieții drum doar cîțiva pași.

• Leneșul, ca și omul harnic, lucrează de cînd se scoală pînă cînd se culcă; numai că adoarme devreme și se trezește tîrziu.

• — L-ai văzut? Cu siguranță că-i pe undeva șef; nu știe să pronunțe „Vă rog"!

• *Tărie de caracter:* Este oricînd gata să-și dea cuvîntul de onoare că doi și cu doi fac patru!

• A lua în considerare pe cineva nu înseamnă neapărat a avea și considerație pentru el.

• Cînd ai colegi reclamagii, nici nu-ți mai trebuie jurnal intim.

• Pe cît de greu se investește încrederea într-un om, pe atît de ușor se pierde!

2. CUNOAȘTEREA PERSONALITĂȚII: DE LA EXTERIOR SPRE INTERIOR — SPECULAȚIE ȘI ADEVĂR

Putem cunoaște caracterul omului după figura sa?

Lectura cărții *Înțelepciunea formelor* de Marcel Sandrail (Edit. Meridiane, București, 1983) ne-a făcut să ne întrebăm dacă nu cumva siguranța cu care psihologia contemporană respinge ideea „chipul — oglindă a sufletului" trădează o prejudecată, generată la timpul cuvenit ca o reacție firească față de exagerările frenologiei, fiziognomoniei sau teoriei „stigmatelor". Spiritul științei ne cere să combatem însă ideile greșite nu prin exagerare în sens contrar, ci prin echilibrare și adecvare la realitate. Chipul omului nu este mut, el ne spune ceva despre viața sa psihică. Așa cum intuia Anaxagora (500—428 î.e.n.), filosoful materialist grec condamnat la moarte pentru necredința în zei, „ceea ce se arată este o imagine a ceea ce nu poate fi văzut".

Primii filosofi nu puteau să nu facă legătura între suflet și „ovalul luminos" al chipului omenesc. Îi obliga la recunoaș-

terea acestei legături concepția dominantă a unității universului. În Evul Mediu, învățăturile oculte au exploatat doctrina unității universului, punînd în corespondență sufletul cu zodiacul și figura oamenilor cu cele șapte animale zodiacale. Așa s-a ajuns să se vorbească de oameni lunatici, marțieni și jupiterieni și să se identifice chipuri umane de tip bovin, leonin ș.a.m.d. Astrologii studiau bolta cerească pentru a evalua caracterial oamenii și a le prezice viitorul.

Preocuparea pentru cunoaștere a individualității psihomorale, luînd în considerare stigmatele înscrise pe fața oamenilor a cunoscut o deplasare spectaculoasă în secolul al XV-lea. Medicii au luat locul astrologilor. S-a trecut de la identificarea planetelor pe bolta cerească la observarea atentă a trăsăturilor feței. În perioada Renașterii, tratatele despre fizionomii s-au înmulțit considerabil și, o dată cu ele, și speculațiile în jurul semnelor prevestitoare de fericire sau nenorocire. Cine s-ar gîndi azi că ridurile ar putea exprima soarta omului? Cine ar accepta că o figură umană vag asemănătoare cu cea a berbecului trădează o identitate comportamentală cu acesta? În secolele XVI—XVII astfel de asocieri aveau mult credit. Lucrarea *De Humana Physiognomonia* (1602) a napolitanului Gian-Battista Porta a contribuit cel mai mult la fondarea „științei" fiziognomoniei (fig. 14). Anumite „semne" — configurația buzelor, a nasului, a bărbiei etc. — au fost puse în corespondență strictă cu trăsăturile psihocaracteriale.

Johann Kaspar Lavater (1741—1801) a reprezentat momentul de glorie al fiziognomoniei, dar și începutul amurgului ei. Voga fiziognomoniei s-a datorat calităților de excepțional observator al comportamentelor expresive de care a dat dovadă J.K. Lavater. Abdicarea de la rigorile științei este însă evidentă: cunoașterea psihologiei unei persoane după trăsăturile și proporțiile feței ar depinde de bunăvoința Celui de sus, de flerul mistic cu care sînt înzestrați „cei aleși"...

În jurul anului 1790 a fost inventată o nouă „știință" care pretindea că nu fața, ci craniul, cu protuberanțele lui, oferă cheia intimității psihice. Bosele craniene — reliefuri ale craniului, ușor de identificat prin pipăire — ar exprima dezvoltarea zonelor corticale subiacente, responsabile de anumite funcții intelectuale sau răspunzătoare de comportamentele morale ale individului. Medicul vienez Franz Joseph Gall (1758—1825), „părintele frenologiei", a stabilit harta cra-

nioscopică, incluzînd 27 de bose sau organe (facultăți intelectuale, aptitudini, dispoziții morale). Hărțile frenologice au dobîndit o largă recunoaștere printre oamenii de știință, care s-au străduit să inventarieze cît mai exact bosele, descoperind

Fig. 14. Imagini din lucrarea „De Humana Physiognomonia" (1602).

noi și noi organe. Frenologul american J.W. Redfield — de exemplu — a găsit aproape două sute de organe pe care le-a trecut sistematic pe „hartă" (fig. 15).

Eforturile de a citi pe chipul omului calitățile lui psihomorale n-au fost niciodată gratuite. Încă filosoful materialist englez Francis Bacon (1561—1626) atrăgea atenția că fiziognomonia este „o artă profitabilă care ne îngăduie să deosebim pe cei buni de cei răi, pentru a-i frecventa pe unii și a-i evita pe ceilalți". Nu este, deci, de mirare că un Cesare Lombroso (1836—1909) a încercat să-i depisteze pe răufăcători după stigmatele figurii și după conformația craniului. În lucrarea *Uomo criminale* (1876) medicul penitenciarelor din Padova susține că infractorii pot fi identificați după maxilarele lor masive, deosebita proeminență a pomeților, orbitele și arca-

dele supraorbitale exagerate, urechile clăpăuge și cărnoase. Iată cum îi descria C. Lombroso pe oamenii cu înclinații spre viol: urechi lungi, craniu turtit, ochi oblici foarte apropiați, nas turtit, lungimea excesivă a bărbiei. Hoții s-ar distinge prin

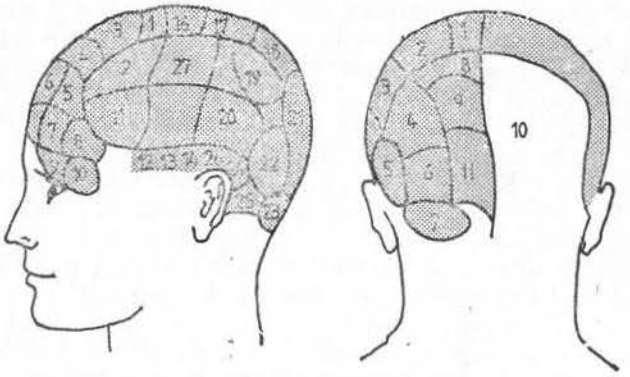


Fig. 15. Hartă frenologică.

mobilitatea obrajilor, prin ochii mici, îngrijorați și în permanentă mișcare, prin sprîncenele stufoase, nasul turtit, fruntea joasă. Ucigașii, în fine, s-ar caracteriza prin craniu îngust, maxilare puternice, umerii obrajilor proeminenți (vezi p. 158).

Oricît de seducătoare ar fi, la prima vedere, fiziognomonia și frenologia, cu toate contribuțiile indirecte la dezvoltarea psihologiei științifice și la cunoașterea scoarței cerebrale, trebuie să spunem deschis că ne aflăm nu în fața unor științe, ci a unor speculații cu pretenții de știință. Astăzi nici un om de știință nu mai admite o corespondență strictă între un detaliu de arhitectură a feței sau craniului și o calitate psihică. Chiar localizarea zonal-delimitată a funcțiilor cerebrale este pusă sub semnul întrebării. Abdicînd de la cunoașterea tipurilor umane și plonjînd spre individual, transgresînd explicația și promovînd prezicerea, vechile încercări de a deduce structura intimă, omul interior după forma exterioară (figura sa) au eșuat în speculații adesea păgubitoare.

Eșecurile vechilor încercări de caracterizare psihologică a oamenilor pornind de la trăsăturile feței incriminează concepțiile filosofice și teoriile pe care se fondau. Credința antici-

lor că microcosmosul uman reproduce fidel macrocosmosul sideral, apelul la divinitate sau considerarea „datului biologic" drept element hotărîtor pentru psihologia omului — opțiuni de principiu ale fiziognomoniei, frenologiei și teoriei stigmatelor — au în comun faptul că explică prin factori externi corespondența mecanicist biunivocă dintre chipul omului și structura sa psihomorală. Același viciu de fond îl au și încercările mai noi de „repunere în drepturi" a fiziognomoniei, făcîndu-se apel la fiziologie și embriologie, ca și la tehnicile medicale ultrasofisticate. În numărul din februarie 1982, revista *Psychology Today* comunica rezultatele surprinzătoare la care au ajuns Roger Squier (S.U.A.) și John Mew (Marea Britanie): studiind biografiile standard și răspunsurile la chestionarele de personalitate, corelate cu radiografiile faciale, cei doi cercetători afirmă că oamenii cu fața prelungă și bărbia ascuțită tind a fi veseli, peste măsură de insistenți și cu spirit practic, totuși puțin cam naivi, iar cei cu fața scurtă și pătrată sînt, de regulă, capricioși, imaginativi și foarte perspicace. Revista americană sus-amintită mai informează că, pe baza biografiilor întocmite după un anumit punctaj, Roger Squier ar fi reușit să descrie cu exactitate trăsăturile feței persoanelor pe care nu le văzuse niciodată... Chiar așa să fie? În ceea ce ne privește, acordăm credit abordării moderne a relației dintre figura și psihologia oamenilor sugerată de Marcel Sendrail, bazată pe interacțiunea psihic-fizionomie. Nu este exclusă, firește, influența elementelor exterioare acestei relații (activitatea glandelor endocrine poate marca atît trăsăturile feței, cît și starea psihică — oricine știe!), dar, abstracție făcîndu-se de cazurile patologice, acțiunea reciprocă dintre chip și personalitate poate întemeia ceea ce savantul francez a denumit „știința figurii omenești".

Trăsăturile feței bine proporționate, conform canoanelor de frumusețe acceptate într-o anumită epocă și arie culturală determinată, generează — de cele mai multe ori — o fire optimistă, încredere în sine, spirit de colaborare, bunătate și ingăduință, chiar ingeniozitate. Cel ce este privit cu simpatie, datorită chipului său plăcut, răspunde cu aceeași simpatie. Contactele umane îi produc satisfacție. Fiind acceptat totdeauna cu plăcere în comunicarea interumană, își exersează și își dezvoltă capacitatea de exprimare, afirmă puncte de vedere proprii, devine mai interesant și — în cele din urmă — mai inteligent...

O figură disproporționată nu lasă nemodificată psihologia individului. Genialul cunoscător al sufletului omenesc William Shakespeare (1564—1616) prezintă în drama istorică *Richard al III-lea* un caz exemplar. Comentariile ni se par de prisos. Ne permitem să semnalăm natura probalistă a relației dintre portret și personalitate. Nu este exclus ca un chip hidos, compensatoriu, să contribuie la formarea unui om de o desăvîrșită frumusețe psihomorală. Apoi, tot în perspectivă psihosocială se cuvine să atragem atenția asupra falsității corespondenței directe, punct cu punct, dintre o trăsătură fizionomică și o însușire psihocaracterială. Denunțarea prejudecăților de acest fel curăță terenul pentru studierea sistematică, utilizînd de metodele statistice, a figurii umane în vederea inferențelor psihologice. Nu au nici un temei statistic asociațiile care se fac de obicei între inteligență și înălțimea frunții; dintre viclenie și buzele subțiri; senzualitate și buzele cărnoase, divergența axelor oculare și înclinația spre visare etc.

Dar nu numai configurația externă înrîurește viața psihică a omului; trăirile psihice își pun și ele, în timp, amprenta asupra figurii fiecăruia dintre noi. Suferința fizică și psihică sapă pe obraji urme de nesters. Colțurile gurii păstrează în cutele formate bucuria sau tristețea. Pe frunte, șanțurile adînci povestesc despre furtunile interioare. Fericirea dă strălucire chipului uman. Nu totdeauna, dar probabilitatea de influențare depășește hazardul, fapt ce ne îndreptățește să afirmăm că „știința figurii omenești" nu este prea veche, ci, dimpotrivă, prea nouă. Cercetarea metodologic riguroasă a interacțiunii dintre procesele psihice și fizionomie va demontra, într-un viitor nu prea îndepărtat, că și în acest domeniu al cunoașterii *formele semnifică*.

Liniile palmei ne dezvăluie personalitatea?

O lungă perioadă de timp, măsurată în sute de ani, omenirea a plătit tribut obscurantismului, crezînd — între altele — că după liniile palmei se poate cunoaște caracterul omului, precizîndu-se chiar destinul acestuia. În realitate, o astfel de pretenție nu are nici un temei științific, ca de altfel nici ghicitul în cafea, în cărți sau în globul de cristal.

Mai mult, unele încercări moderne de „citire" a caracterului după forma palmei trădează o ideologie retrogradă, ce

amintește de „teoria stigmatelor" a lui Cesare Lombroso, promovînd discriminarea socială. Lucrarea dr. Charlotte Wolff *La Main humaine* (Paris P.U.F., 1952), recomandată de Michel Gauquelin în *Enciclopedia practică de psihologie modernă* (Paris, P.U.F. 1979, p. 41—51) drept „cea mai completă și cea mai savantă" lucrare în domeniu, ilustrează o astfel de ideologie. Tipologia propusă de dr. Charlotte Wolff face distincție între: *1)* mîna elementară de tip simplu; *2)* mîna elementară de tip neregulat; *3)* mîna mobilă de tip osos; *4)* mîna mobilă de tip cărnos; *5)* mîna senzitivă de tip scurt; *6)* mîna senzitivă de tip lung. Iată cum este descrisă „mîna elementară de tip simplu": „Acest tip de mînă este foarte primitiv. Ea este largă și musculoasă; pielea este aspră, înăsprită de muncă. Nu are suplețe. Degetele sînt scurte, spațiate și rigide. Degetul mare este foarte dezvoltat". Corespunzător, tabloul psihologic asociat acestui tip de mînă este... la fel de primitiv. Cel care are mîinile bătătorite de muncă — după dr. Charlotte Wolff — ar avea și inteligența puțin dezvoltată și orientată unidirecțional spre concret!?! Cea mai adecvată activitate pentru un astfel de om ar fi munca pămîntului! Predeterminarea biologică a stratificării sociale și disprețul muncii sînt evidente, după cum descrierea „mîinii elementare de tip neregulat" vădește adeziunea la teoria „criminalului înnăscut": cel care are palma largă și musculoasă, cu pielea aspră și degetele mai mult sau mai puțin deformate, cu degetul mare prea scurt sau prea lung este marcat de tot felul de anomalii, ajungînd pînă la criminalitate și maladii psihice. Celelalte tipuri de mîini sînt măgulitoare (dar tot atît de nerelevante pentru psihologia persoanei): mîna mobilă de tip osos ar caracteriza persoanele cu inteligență vie, spiritele alese; mîna mobilă cărnoasă s-ar asocia cu jovialitatea și predominanța rațională; mîna senzitivă de tip scurt sau lung (palma îngustă, degetele scurte sau lungi, fragile ș.a.m.d.) ar exprima o personalitate emotivă inteligentă, imaginativă etc. Mîna „aristocrată" (senzitivă de tip lung) ar fi proprie artiștilor, după cum cea senzitivă de tip scurt ar fi specifică persoanelor dotate pentru literatură, iar cea mobilă cărnoasă i-ar recomanda pe oamenii de afaceri... Lipsa oricărei fundamentări teoretice în încercarea de descifrare a personalității pe baza „studiului" mîinilor nu limitează popularitatea în Occident a așa-numiților „hand analysts „(specialiști în cunoașterea caracterului pornind de la studiul configurației

palmelor). Cînd nu constituie o pură șarlatanie, pretenția de psihodiagnoză a respectivilor „specialiști" exploatează „clișeele culturale", credulitatea, prejudecățile, stereotipiile de gîndire ale oamenilor, dovedindu-se nu numai jalnice falsuri, dar și fenomene nocive, adevărate bariere, blocaje în calea cunoașterii autentice a celuilalt sau a propriei personalități.

Ideea că unele caracteristici individuale ar marca o parte a corpului nostru nu este irațională în sine. În plus, o astfel de idee poate fi verificată științific. Este tocmai ceea ce a întreprins antropologul american Michael Allan Park, concluziile cercetărilor sale — redate într-un articol de sinteză semnat de Michel Rouze în revista *Science et vie* din iulie 1983 — contribuind la nașterea unei noi discipline științifice, dermatoglifia.

Chiromanția pretinde că ar descrie după liniile din palmă (fig. 16) profilul psihologic al persoanei, tendințele afective, calitățile și defectele acesteia. De asemenea, „specialiștii" în chiromanție afirmă că sînt capabili să prezică principalele evenimente din viața omului. Pentru a dobîndi credibilitate, ei se servesc azi chiar de calculatoare electronice. Dar nu computerul greșește, ci programatorul, care se bazează pe datele neverificate ale unei pseudoștiințe, cum este chiromanția. Pentru a vedea dacă evenimentele prezise de aceasta se realizează cu o rată ridicată de probabilitate, indivizii ar trebui studiați întreaga durată a vieții lor. Or, în dermatoglifie nu este nevoie de un studiu longitudinal. Prof. M.A. Park propune un alt demers față de acest fenomen, constînd în încercarea de a determina dacă o anumită configurație a liniilor palmei unor indivizi au caracteristici fizice și mintale bine definite se întîlnesc cu o frecvență semnificativ mai mare decît în ansamblul populației. M.A. Park consideră că există o corelație statistică între anumite caracteristici „epidermice", starea de sănătate și unele trăsături comportamentale. Prin cercetările sale s-a conturat o nouă disciplină științifică, dermatoglifia, avînd ca obiect de studiu dermatoglifele, reprezentate prin desenele papilare situate pe fața internă a degetelor, în regiunea volară (a palmei) și în cea plantară (a tălpii piciorului).

Așa cum se știe, o importantă clasă de dermatoglife cuprinde amprentele digitale, prin intermediul cărora sînt identificați răufăcătorii. Dar antropologii studiază derma-

toglifele nu pentru a recunoaşte indivizii, ci, dimpotrivă, pentru a vedea dacă desene papilare de un anumit tip sînt comune mai multor oameni. Astfel, au fost stabilite trei mari tipuri de desene ale epidermei: în formă de arc, de buclă şi

Fig. 16. Liniile şi semnele palmei în chiromanţie.

în formă de spirală (fig.17). Bineînţeles, se întîlnesc şi tipuri intermediare, precum şi subtipuri.

Studiile au arătat că tipul de desene ale epidermei, ca şi dimensiunile lor sînt determinate predominant genetic, se transmit în cadrul aceleiaşi familii. Această constatare permite utilizarea datelor obţinute din studiul dermatoglifelor în două direcţii: pe de o parte, dermatoglifele, ca şi alte caracteristici personale transmisibile (culoarea ochilor, grupa sanguină, sensibilitatea gustativă etc.), pot servi la studiul mecanismelor evoluţiei grupurilor umane; pe de altă

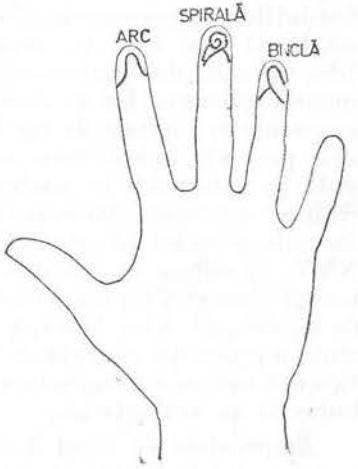


Fig. 17. Cele trei tipuri de desene papilare studiate de dermatoglifie.

parte, dermatoglifia îşi propune să studieze corelaţiile dintre desenele papilare (dermatoglifele) şi elementele patologice de origine genetică, rezultatele obţinute îndreptăţind stabilirea unei corelaţii între anumite caracteristici ale tabloului dermatoglific şi unele boli genetice. Dr. M.A. Park consideră că o anumită trăsătură dermatoglifică este de natură genetică atunci cînd apare foarte frecvent la indivizii descendenţi dintr-o familie şi care suferă de o anomalie congenitală. Firește, aceasta nu înseamnă că toţi indivizii care au respectiva particularitate dermatoglifică sînt cu certitudine marcaţi de anomalia luată în discuţie. Dacă însă se studiază un eşantion de persoane care prezintă o anomalie genetică, se constată existenţa unor particularităţi dermatoglifice într-o proporţie mult mai mare decît la restul populaţiei, ceea ce îndreptăţeşte avansarea ipotezei referitoare la legătura dintre respectiva maladie şi o anumită configuraţie a desenului epidermic.

Se ştie că un număr de boli congenitale sînt legate de aberaţiile cromozomiale. De exemplu, mongolismul. În acest

caz, în loc de doi cromozomi la perechea 21 sînt trei (trisomie), ceea ce induce o debilitate mintală și un aspect fizic caracteristic. Cercetările întreprinse pe un eșantion de copii bolnavi de mongolism au evidențiat frecvența mai mare a dermatoglifelor de tip 2 (în buclă) decît la populația normală. Tipul în buclă al dermatoglifelor este, de asemenea, foarte des întîlnit la persoanele afectate de maladii cardiace congenitale. O altă aberație cromozomială, trisomia celei de-a 18-a perechi de cromozomi, condamnă nou-născutul la o moarte precoce. Ea se asociază cu o frecvență ridicată a amprentelor digitale de tip 1, în arc. S-a relevat, de asemenea, prezența în mai mare măsură a acestui tip de dermatoglife la persoanele cu sindromul Klinefelter, cauzat de aberații ale cromozomilor sexuali (perechea 23). Așa cum se știe, formula perechii 23 este XY. Unii indivizi au însă formula XYY. Ei suferă de anumite tare fizice și, foarte adesea, se caracterizează prin înapoiere mintală. În afara celor afectați de sindromul Klinefelter, și alte categorii de bolnavi prezintă o proporție ridicată de dermatoglife în arc; cei cu insuficiență cardiacă congenitală, debilii mintali și, de asemenea, bolnavii de schizofrenie.

Amprentele de tipul 3, în spirală, sau cu elemente ale spiralei sînt frecvente la persoanele ce prezintă o altă anomalie a perechii de cromozomi 23 (absența unui cromozom sexual, deci formula XO). Cea mai mare parte a fetușilor cu această anomalie cromozomială sînt expulzați prin avort spontan. Cei care totuși se nasc și ajung la maturitate sînt marcați de sindromul Turner (la bărbați înălțime redusă, pieptul foarte dezvoltat, iar la femei uterul redus, ovarele absente etc). Inteligența lor este normală. Între alte categorii patologice asociate cu o predominare a amprentelor de tip 3 este menționată și Choreea Huntigton, afecțiune neurologică ereditară, manifestată, la adulți, prin mișcări involuntare dezordonate și, adesea, prin debilitate mintală.

Așa cum se vede, cercetarea științifică a amprentelor digitale nu are nimic de-a face cu modalitatea de interpretare a semnelor de pe epiderma degetelor de către chiromanți. Aceștia nu vedeau decît cruci, stele, raze cărora le atribuiau semnificații diverse după degetul sau falanga pe care se aflau. De exemplu, în *Tratatul de chiromanție* al lui Karmadharaya se spune că o „stea" pe ultima falangă a degetului arătător) „degetul lui Jupiter") indică, atunci cînd este

aproape de extremitatea degetului, o „primejdie", cînd „steaua" apare la jumătatea degetului arată „aptitudinile diplomatice" ale persoanei etc. Liniile palmei — linia capului, a inimii, linia vieții, centura lui Venus și atîtea altele — joacă, în chiromanție, un rol deosebit de important (fig. 18).

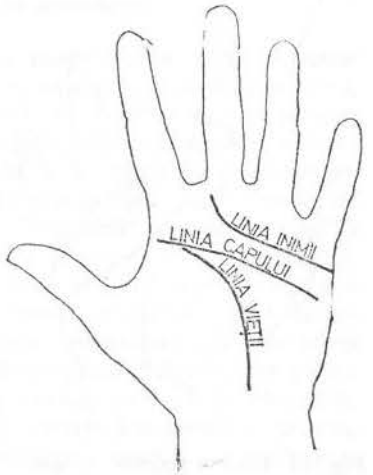


Fig. 18. Principalele linii ale palmei în chiromanție.

Ele vorbesc, chipurile, de personalitatea individului, dezvăluie trăsăturile psihice și particularitățile fiziologice ale omului, prezic viitorul. Terminologia, după cum se observă, este împrumutată din astrologie. Interpretarea diferă de la un autor la altul. Baza științifică lipsește, iar contradicțiile abundă. Cine consultă mai multe lucrări de chiromanție nu află nimic despre el, cu atît mai puțin despre viitorul lui.

Nu același lucru se întîmplă în dermatoglifie — ne asigură antropologul M.A. Park. Desigur, nu se au în vedere tradiționalele linii din chiromanție. Sînt luate în considerare liniile provenite din flexiunea mîinii și a degetelor care, așa cum au dovedit studiile statistice, corelează cu anomalii genetice: de exemplu, pliurile de pe fața internă a degetelor (fig. 19). De regulă, acestea sînt multiple. O singură cută epidermică în zona de articulație a falangelor trădează grave anomalii genetice: trisomia 18 sau trisomia 21. O altă anomalie, cunoscută sub numele de „sindrom oral-facial-digi-

tal", pare a fi legată de trisomia primei perechi cromozomiale. Linia simiană (fig. 20) — denumită astfel pentru că apare și la maimuțe — este, de asemenea, în atenția celor care se ocupă de studiul dermatoglifelor. Această linie rezultă din fuziunea, într-o singură cută transversală, a liniilor „capu-

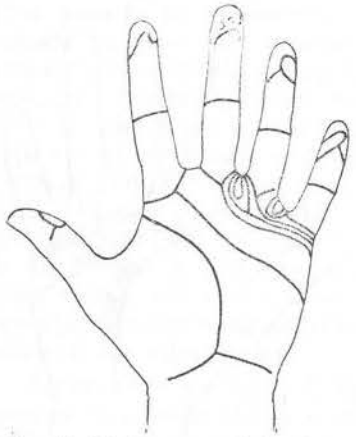


Fig. 19. Liniile palmei în dermatoglifie.

Fig. 20. Principalele linii ale palmei în dermatoglifie.

lui" și „inimii". Aproximativ 2% dintre indivizii umani au marcată linia simiană, la aceștia întîlnindu-se frecvente cazuri de trisomie a perechilor cromozomiale 18 și 21, sindrom Turner, anomalii ale mîinilor și picioarelor, nanism și polidactilie, psoriazis ereditar, sindrom Rubestein-Toybl, alte tulburări generate de agresiunea împotriva fătului în perioada vieții intrauterine.

Fără îndoială că observațiile științifice efectuate de M.A. Park, deși aflate într-un stadiu incipient, sînt de natură să trezească interesul cercetării medicale. Studiile sale nu sprijină credința în chiromanție, ci, dimpotrivă, zdruncină încrederea în ghicitul în palmă, denunțînd ca neștiințific acest vechi „joc de societate". Dermatoglifia nu pretinde „a citi" în desenul epidermei degetelor sau după cutele rezultate din flexiunea mîinii decît anumite corelații cu anomaliile genetice, avînd o marjă de incertitudine determinată. Creativitatea, puterea de voință, sensibilitatea, sociabilitatea și alte trăsături de personalitate cunosc o puternică determinare socio-culturală, ele neputînd fi descifrate după particularitățile morfofuncționale ale corpului, în particular după epiderma degetelor sau pliurile palmei.

Gesturile, postura și psihologia persoanei

Mișcările corpului uman sau modificarea poziției unor segmente ale acestuia (a mîinilor, capului, trunchiului etc.), ba chiar și felul în care cineva stă în picioare sau pe scaun, culcat în pat ș.a.m.d. oferă indicii, uneori sigure, alteori doar probabile, despre starea psihică de moment, ca și despre constantele personalității. Gesticulația sprijină — cine nu știe?! — comunicarea interumană verbală; prima impresie se bazează, adesea, pe observarea posturii interlocutorului. Nu e nimic nou în cele spuse pînă aici. Dimpotrivă. Încă în secolul întîi al erei noastre autorul primului tratat de retorică, Marcus Fabius Quintilianus, remarca: „Și alte părți ale corpului ajută celui care vorbește; însă mîinile s-ar putea spune că vorbesc singure. Cu ele cerem, promitem, chemăm, îndepărtăm, amenințăm, rugăm, exprimăm oroarea, teama, indignarea, opoziția, bucuria, tristețea, îndoiala, aprobarea, părerea de rău, măsura, cantitatea, numărul, timpul" *(De institutione oratoria)*. În raport cu marea diversitate de limbi vorbite, gesturile alcătuiesc un limbaj comun tuturor oamenilor — conchidea Quintilian.

Dezvoltarea cunoașterii a confirmat, în bună măsură, intuiția retorului roman. Cercetările moderne de *etologie umană* — cea mai tînără disciplină științifică ce are ca obiect de studiu comportamentul oamenilor — au demonstrat că în arii culturale îndepărtate, fără nici o contiguitate și influență reciprocă, unele gesturi (ca să nu mai vorbim de mimică, de expresia facială a emoțiilor) prezintă similitudini pînă la cele mai mici detalii, funcționînd ca un limbaj universal. La mai toate popoarele și populațiile exprimarea dezacordului, negația, se face în același fel prin mișcarea repetată a capului de la stînga la dreapta și de la dreapta la stînga. Această constatare îndelung verificată prin cercetări comparative interculturale, ca și faptul că nou-născuții însoțesc refuzul hranei și senzațiile dolorifice cu aceeași pendulare ori-

zontală a capului, constituie un argument puternic în favoarea ipotezei caracterului înnăscut, ereditar al unor gesturi cu semnificație socioculturală.

Dr. Irinäus Eibl-Eibesfeldt, creatorul termenului de „etologie umană" (1966), de la care am preluat exemplul pus în discuție, consideră că respectivul gest derivă din tendința de a te debarasa de un lucru oarecare: pur și simplu, instinctiv, scuturi capul cînd vrei să îndepărtezi o frunză, o insectă etc. ce ți s-au așezat pe păr. Gestul, fixat genetic, a dobîndit valoare de semnal social. Cu ajutorul lui ne înțelegem fără să mai vorbim. Important este că ne naștem cu anumite „programe comportamentale" reprezentînd, inițial, cu mii și mii de ani în urmă, modalități de adaptare a organismului la mediu. Prin *mutații* și *selecție*, experiența dobîndită s-a conservat în patrimoniul genetic, fiind decodificată în stadiile embrionare și infantile. Etologul Irinäus Eibl-Eibesfeldt nu neagă rolul culturii în particularizarea gesturilor de la un popor la altul, chiar de la o persoană la alta, dar atrage atenția asupra elementelor comune, asupra faptului că toți aparținem aceleiași specii. De aceea, prin gesturi cu valoare universală ne putem exprima rapid sentimentele, intențiile, gîndurile. În ceremonialul primirii unor înalți oaspeți, soli ai dorinței de pace a popoarelor, copiii oferă flori. Normele socioculturale, protocolul oficial diferă de la o țară la alta. Comun rămîne însă faptul că la sosirea unor delegații străine, în prim plan sînt puși copiii. Gestul acesta, cu semnificație socială majoră, are rădăcini biologice, generate de reacțiile afective înnăscute ale adulților față de copii. „Puii de om", cu capul mult prea mare în raport cu corpul, cu fruntea bombată puternic, cu fața numai ochi și obrajii de faianță declanșează așa-numitul „comportament parental de ocrotire" programat ereditar (fig. 21). În studiile de etologie umană desfășurate în unele triburi izolate din Asia, Africa și America Latină, nevizitate anterior de europeni, contactul cu băștinașii se realiza după un ritual fix: observînd că cercetătorii nu sînt înarmați (nu au arcuri, suliițe și săgeți...), bătrînii triburilor se apropiau de străini punînd brațul întins pe umărul copiilor, pe care îi împingeau în față. La rîndul lor, cercetătorii zîmbeau, înclinau amical capul, salutau în limba maternă (desigur, necunoscută băștinașilor) și solia era acceptată (*vezi* Irinäus Eibl-Eibesfeldt, *Menschenforschung auf neuen Wegen*, 1976).

Uneori, gesturile, reprezentînd adaptări filogenetice, suferă o evoluție culturală care merge pînă la sublimarea, traducerea acțiunii în plan verbal. Să analizăm un exemplu. Recunoscîndu-ne în fața colectivului greșeala, cînd autocritica devine prea severă, la un moment dat cineva — cu

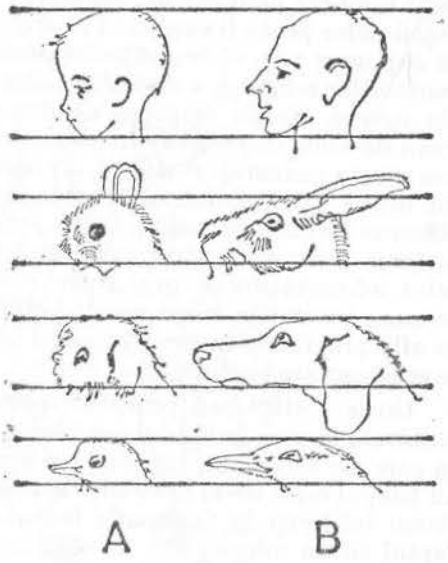


Fig. 21.

Forme care declanșează „comportamentul"(A) și forme ce nu declanșează un astfel de comportament de ocrotire, de îngrijire (B).

siguranță — va spune: „Să nu ne punem, totuși, țărînă în cap!" Ce legătură poate avea această formulă cu adaptarea biologică fixată ereditar? Reducerea dimensiunilor corpului, atît la animale cît și la om, constituie un „gest de liniștire" înnăscut, inhibînd agresivitatea. Plecarea capului — nu se spune la români „Capul plecat sabia nu-l taie"?! —, îndoirea spinării, îngenuncherea, atingerea podelei cu fruntea, culcatul la pămînt și chiar sub pămînt (a dispărea cu totul, firește simbolic a intra în pămînt de rușine) exprimă supunerea. În secolul trecut, în regatul african cu capitala Katunga — povestește un călător din Europa — supușii îl salutau pe suveran aruncîndu-se la pămînt la o oarecare distanță de el și turnîndu-și doi pumni de țărînă în cap (*cf.* Vasile Dem. Zamfirescu, *Etică și etologie*, 1982). Gestul a dispărut. S-a păstrat doar expresia verbală care a traversat conti-

nentele... Modul de „a te face mic" diferă de la o societate la alta, din epocă în epocă. Sociologul englez Herbert Spencer (1820—1903) observa că în societăţile primitive conduse coercitiv băştinaşii aveau genunchii aproape la fel de aspri ca şi călcîiele, datorită frecventei îngenuncheri în faţa şefilor de trib. Genuflexiunea — ca ritual religios — nu reprezintă decît umilirea unui învins. Sărutarea picioarelor sau a poalei veşmintelor poate fi explicată la origine ca „gest de liniştire", de supunere prin chircirea (micşorarea) corpului în faţa conducătorilor religioşi, a statuilor zeilor şi a imaginilor de sfinţi din icoane. Vechii egipteni sărutau picioarele mumiilor în semn de omagiu religios. În Roma antică exista obiceiul de a se săruta picioarele statuilor, iar la evrei obiceiul de a săruta sau îmbrăţişa picioarele celor vii în semn de supunere. Acelaşi obicei se întîlnea la arabi şi la turci. Şi în limba română veche întîlnim formula: „Sărut mîna şi picioarele" ca formulă de salut adresată domnitorului sau boierilor (*vezi* Marica Pietreanu, *Salutul în limba română*, 1984). La origine, aşadar, se află programul comportamental genetic, la care se adaugă suprastructura culturală.

Unele gesturi sau poziţii corporale trădează aria socioculturală în care individul s-a născut şi a crescut, altfel spus, în care s-a socializat, însuşindu-şi normele comportamentale. În timpul celui de-al doilea război mondial, unii agenţi americani infiltraţi în Germania fascistă s-au deconspirat prin faptul că nu mîncau sau nu stăteau pe scaun în „stil european" (*vezi* Gerard I. Nierenberg, Henry H. Calero, *How to Read a Person Like a Book*, 1971).

Se ştie azi că există diferenţe interculturale în ceea ce priveşte gesturile şi postura, prin intermediul cărora poţi spune cu multă exactitate unde s-a născut şi a trăit un individ. Felul de a vorbi — şi el specific unei culturi — nu reprezintă singurul indiciu al socializării şi nici cel mai sigur, întrucît, fiind activitate conştientă, vorbirea poate fi relativ uşor controlată (modificată). Gesturi banale, intrate în obişnuinţă, deci necontrolate conştient, au capacitatea să dezvăluie personalitatea, chiar în laturile, aspectele, trăsăturile ce se vor ascunse. Americanii, cînd mănîncă, ţin doar o mînă pe masă; europenii — conform codului manierelor elegante — le ţin pe amîndouă (coatele apropiate de trunchi şi încheietura pumnului sprijinindu-se de tăblia mesei). Există

un „stil" european şi altul american de a sta pe scaun picior peste picior (fig. 22).

Unele gesturi simbolice semnifică, de la o zonă socioculturală la alta, lucruri fără nici o legătură între ele. Poate cel mai bizar este *V*-ul (format din deschiderea degetelor arătător şi mijlociu) cu care premierul britanic Winston Churchill (1874—1965) inspira încredere în victoria coaliţiei antihitleriste. Pentru cei mai mulţi, acest gest sugerează şi azi încrederea în victorie, dar, chiar în Anglia, gestul amintit are şi o semnificaţie obscenă! Arătarea braţului drept flectat, cu pumnul strîns şi cealaltă mînă la încheietura antebraţului constituie printre bărbaţi o insultă sexuală. În ţările scandinave, în Austria şi în Tunisia acest gest indică însă forţa, neavînd nimic obscen. La fel, introducerea degetului mare

Fig. 22.
„Stilul" european (A) şi american (B) de a sta picior peste picior.

între arătător și mijlociu, cu pumnul strîns, echivalează la noi, ca și la francezi, greci, turci și la alte popoare cu o insultă, dar pentru portughezi respectivul gest are semnificația urării de a fi ocolit de tot ceea ce e rău! (D. Morris, *Gestures*, 1979).

De asemenea, comunicarea interumană se desfășoară într-un acompaniament mimico-gestual-postural diferit de la o zonă culturală la alta. Meridionalii — cine nu știe?! — vorbesc mai mult cu mîinile decît cu gura, ca și cînd cuvintele nu le-ar fi suficiente pentru exprimarea gîndurilor. Achiziția primelor cuvinte este corelată cu utilizarea gesturilor simbolice (E. Bates, 1979). Interesantă ni se pare observația profesorului B. Rimè de la Universitatea din Louvain (Belgia): cel care vorbește nu renunță la gesticulație chiar dacă interlocutorul nu îl vede (ca în cazul unei convorbiri telefonice, de exemplu). Din punct de vedere psihologic, problema este de a se ști dacă există un paralelism între expresia verbală și gesturi sau dacă gesturile reprezintă în sine un limbaj. Altfel spus, în prezent, în psihoneurologie se confruntă teoria echivalenței dintre gesturi și cuvinte cu teoria subordonării gesturilor față de activitatea lingvistică (fig. 23).

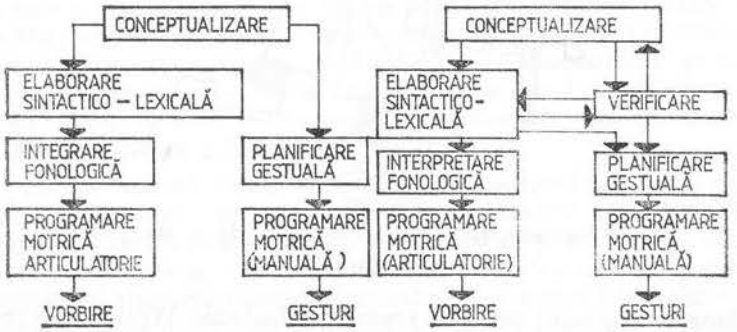


Fig. 23

Pierre Feyereisen și Xavier Seron, cercetători științifici la Universitatea din Louvain, prezintă stadiul actual al cunoașterii în acest domeniu (vezi *La Recherche*, nr. 152 din 1984). Cei doi cercetători, studiind modificarea comunicării gestuale în cazul leziunilor cerebrale, aduc în discuție aspecte

noi privind legătura dintre gesturile simbolice efectuate cu mîinile și comunicarea cu ajutorul limbajului articulat. Anumite leziuni ale emisferei cerebrale stîngi, care afectează vorbirea, determină în același timp și incapacitatea producerii gesturilor simbolice. Bolnavii cu tulburări ale limbajului (afazici) prezintă dificultăți în imitarea gesturilor convenționale, fiind în imposibilitatea de a efectua la cerere gesturi cu semnificație socioculturală (ducerea degetului arătător la obraz, la nas etc.). Aceste constatări au fost diferit interpretate. Vechea concepție despre specializarea strictă a emisferei cerebrale stîngi pentru funcțiile simbolice, în general, care stătea la baza teoriei echivalenței dintre cuvînt și gest (corespunzînd noțiunii de „asimbolie": ansamblul tulburărilor asociate afazie-agrafie, alexie, gesticulație incoerentă, dificultăți de înțelegere a pantomimei etc.) se pare că trebuie serios revizuită.

Pierre Feyereisen și Xavier Seron apreciază că abandonarea noțiunii de „asimbolie" (propusă în 1870 de Finkelburg) impune depășirea viziunii simpliste care explica patologia limbajului și gesturilor simbolice printr-o tulburare centrală unică. De asemenea, înțelegerea corectă a relațiilor complexe dintre sistemele verbale și nonverbale de comunicare impune abordarea fenomenului de studiu într-o perspectivă interdisciplinară: psihologică, neurofiziologică, psihiatrică, sociologică, etologică.

*

- *Caracter de fier* — neschimbat ca amprenta digitală!
- *Prejudecată:* omul închis la fire e rău.
- Ochii care nu se văd se uită; văzuți o singură dată, te înșeală: revin în amintire mai calzi, mai luminoși.
- Capacitatea de evaluare corectă a oamenilor, ca orice aptitudine, se dezvoltă prin exercițiu. Dar cîți dintre noi persevorează în acest sens?!
- *Modestie* (!)
  — Ai fost extraordinar, de-a dreptul genial!
  — Ca de obicei, am făcut și eu ce-am putut...
- *Prudență*
  Se temea de el; atunci și l-a făcut prieten...

- *Tinerețea:* credința că nu ți se poate întîmpla nimic rău. *Bătrînețea:* convingerea că ți se poate întîmpla orice, dar nimic bun.
- *Înțelepciune socială.* A ști cînd să inovezi și cînd să te conformezi.
- Să-l ajuți pe cel ce îți cere sprijin este o datorie; să faci același lucru pentru cel care îți refuză ajutorul este o artă.
- Deznădejdea este mai necruțătoare decît cancerul!
- Crimă nepedepsită: omorîrea timpului.
- *Mica publicitate.* Pierdut timpul. Mă declar nul.
- Doar cei care au la masă cozonac se tem să nu-și piardă pîinea.
- *D-ale universitarilor.* Își prezintă lucrarea de popularizare a științei drept Tratat.
- *Viață irosită*
  A-ți cheltui energia pentru a obține bunăvoința șefilor.
- De ce a rămas cîinele cîine? Pentru că a învățat să nu latre la cel care-i dă să mănînce!
- Iubiți-i pe cei care vă cer să-i ajutați; ei vă semnează, în fond, certificatul superiorității voastre.
- *Pietonul.* Un posesor de autoturism nerealizat încă.
- *Lașitate.* Acceptarea propriei condiții sociale.
- „Nu încap două săbii într-o singură teacă" — spunea un briceag știrb unui cuțit de bucătărie ros de rugină...
- *Relațiile interpersonale.* Zilnic a îndatora, zilnic a plăti datorii.

3. AUTOCUNOAȘTEREA ȘI ACCEPTAREA PROPRIEI PERSONALITĂȚI

A spus-o, în urmă cu trei sute de ani, La Fontaine: *„Au, cîți, cuprinși adesea de chinurile grijii de-a fi mai breji, nu-și ies și azi din minți?"* (*Broasca și boul*).

O recomandă psihologii ca pe o nouă terapie: să te simți bine în pielea ta! (David D. Burns, *Feeling Good: The New Mood Therapy*, Morrow, 1980). Ce înseamnă aceasta oare?

Obsesia perfecțiunii și costul succesului

Printre elevii, studenții și profesioniștii cu performanțe superioare se întîlnesc mult mai frecvent persoane nemulțumite de sine decît printre cei mediocri sau cu rezultate modeste. Ne-am putea aștepta ca, o dată cu creșterea nivelului performanțelor, să sporească și acordul cu sine, mulțumirea, starea de satisfacție. Dar lucrurile nu stau așa. Sau, mai corect, nu se întîmplă totdeauna astfel. De ce? Pentru că — așa cum demonstrează David D. Burns într-un studiu publicat în revista *Psychologie* (nr. 133 din 1981) — intervine „obsesia perfecțiunii". Unii oameni își fixează scopuri extraordinar de înalte și, tinzînd spre ele, își distrug viața. Aleargă după himere; perfecțiunea — ca și orizontul — se depărtează apropiindu-te de ea. Cînd broasca mică, oarecare — „cam de mărimea unui ou" — se opintește, se umflă să ajungă cît un bou, plesnește ca o bășică! Este un adevăr simplu, răspicat rostit de La Fontaine.

Obsesia perfecțiunii, despre care se vorbește în studiul amintit, nu trebuie confundată cu nevoia de autodepășire, caracteristică fiecărui om. Fără cultivarea atitudinii de continuă depășire a performanțelor trecute n-ar exista progresul în om și nici în societate. Bucuria lucrului mereu mai bine făcut nu poate fi cu nimic echivalată. Nu de autodepășire, ci de obsesia perfecțiunii să ne păzim!

Ne hazardăm să-i complimentăm pe cei ce realizează lucruri deosebite: „A fost perfect!" Exagerăm. Înclinăm să credem că nici o performanță superioară nu se obține fără chin și suferință. Îi dăm ca exemplu pe cei capabili de renunțarea la măruntele bucurii cotidiene. „Și-a tocit coatele pe băncile școlii" — spunem cu admirație. „S-a chinuit să învețe", „N-a avut odihnă pînă n-a reușit", „A muncit zi și noapte" etc. Prin astfel de expresii se acreditează opinia că succesul are un preț dureros pentru individ: se plătește cu bucuria senină a vieții, cere sacrificii.

Sportivii de performanță sînt adesea crescuți în spiritul succesului cu orice preț. Atletul care, epuizat, se prăbușește trecînd linia de sosire devine pentru coechipieri nu campion, ci erou. El este simbolul izbînzii stropite cu sudoare și sînge. În fond, avem de-a face cu un model cultural care măsoară costul succesului. În baza aceluiași „model cultural" mai credem, de asemenea, că doar gîndul obsedant al perfecțiunii

propulsează omul spre culmi. Cel ce nu-şi spune zi de zi şi ceas de ceas că are datoria de a învinge limitele omeneşti, chipurile, nici n-ar reuşi să se autodepăşească. Ideea absurdă a competiţiei cu tine însuţi nu atît pentru a te înălţa deasupra a ceea ce eşti, ci pentru a dovedi altora ce mare eşti îi stăpîneşte pe unii performeri. „Îmi spun mereu că trebuie să dovedesc celorlalţi cine sînt. Muncesc în disperare. Fac noaptea zi. Rescriu de zeci de ori o pagină. Nu mă satisface nimic!" — îmi mărturisea un coleg, autor de manuale universitare, o autoritate în domeniul lui. „Dacă nu-mi fixam de copil criterii înalte de performanţă nu ajungeam nimic!" Aşa să fie?

Prin teoria „simte-te bine în pielea ta", David D. Burns încearcă să demoleze prejudecata costului dureros al succesului, demonstrînd că persoanele obsedate de perfecţiune, neîmpăcate cu sine, suferă de pe urma tulburărilor psihice şi, mai devreme sau mai tîrziu, eşuează. Paradoxal, dar fixarea unor scopuri excepţionale, nerealizabile într-o viaţă de om, nu duce pe termen lung la acţiuni încununate de succes, ci la eşec. Cei obsedaţi de perfecţiune au, în ansamblu, un randament scăzut, starea de sănătate tulburată, autocontrolul slăbit, sînt vulnerabili la agenţii psihici traumatizanţi, suferă de depresie, adesea au trac şi, de obicei, sînt în societate timizi. În intenţia de a demitiza ambiţia perfecţiunii, David D. Burns invocă o serie de cercetări şi observaţii proprii, efectuate în colaborare cu alţi specialişti sau realizate de reputaţi oameni de ştiinţă, cum ar fi psihiatrul Karen Horney, psihologul B.F. Skinner ş.a. Rezultatele cercetărilor prezentate sînt foarte convingătoare.

La Clinica de psihiatrie a Universităţii din Pennsylvania (S.U.A.), unde dr. David D. Burns îşi desfăşoară activitatea, mulţi bolnavi de depresie psihică au fost caracterizaţi ca avînd, anterior îmbolnăvirii, o atitudine perfecţionistă (erau obsedaţi de ambiţia performanţelor excepţionale). Nu s-a stabilit o legătură cauzală între cele două fenomene, dar nici nu se exclude intervenţia atitudinii perfecţioniste în declanşarea depresiei psihice. În cazul unui eşec, persoanele care se conduc după criterii de performanţă absolută îşi pierd brusc încrederea în sine, ceea ce poate antrena instalarea unor stări de anxietate şi depresie psihică.

O anchetă printre agenţii de asigurări de la o mare centrală din Philadelphia a relevat că cei ce îşi evaluau personalitatea în funcţie de reuşita în afaceri nu obţineau venituri superioare, ci dimpotrivă. Cu alte cuvinte, conform studiilor menţionate, persoanele dominate de atitudinea perfecţionistă au tendinţe depresive şi se caracterizează printr-o productivitate scăzută. Concluzii asemănătoare sînt invederate şi de studiile psihologului Michael Mahoney: gimnaşti de elită, calificaţi la jocurile olimpice, se autoevaluau în mai mică măsură după performanţă, în timp ce sportivii cu rezultate modeste se raportau mereu la rezultatele obţinute. Sportivii olimpici aveau tendinţa de a subestima semnificaţia insuccesului; sportivii mai puţin prestigioşi intrau însă în panică, îşi pierdeau încrederea în posibilităţile lor şi în şansele viitoare.

În fine, David D. Burns, împreună cu prof. Phyllis Back, a efectuat un studiu la Facultatea de Drept a Universităţii din Pennsylvania, urmărind să identifice cauzele abandonării cursurilor de către unii studenţi cu rezultate şcolare, în trecut, excelente. Dată fiind concurenţa puternică din învăţămîntul superior, mulţi din elevii cu rezultate şcolare foarte bune nu obţin la universitate calificativele maxime. Avînd o atitudine perfecţionistă, aceştia sînt cuprinşi de panică, devin depresivi, se simt frustraţi. Dintre ei se recrutează nu numai abandonările, dar şi tentativele de sinucidere. Nefiind pregătiţi pentru rolul de „om mediu", perfecţioniştii se consideră rataţi, se autocondamnă.

Tabloul psihic al „perfecţionistului" şi măsurarea atitudinii perfecţioniste

Nu-i de invidiat! Victime ale unei productivităţi scăzute, persoanele obsedate de obţinerea performanţelor excepţionale, foarte competitive, excesiv orientate spre succes, sînt hipersensibile la frustrare, lucrează continuu „sub presiune", plîngîndu-se mereu de lipsa timpului. Pierzîndu-şi sociabilitatea, mulţi trăiesc într-o singurătate apăsătoare. Înaltele criterii de performanţă pe care şi le-au impus îi îndepărtează de colectivitate. Îi judecă pe ceilalţi după criteriile lor şi, firesc, nu-i acceptă, după cum nu se acceptă nici pe sine. Sensibilitatea excesivă faţă de dezaprobarea reală sau doar imaginată blochează comunicarea socială a celor obsedaţi de perfecţiune.

Acest sumar tablou psihic, conform dr. David D. Burns, trebuie completat cu trei trăsături psihice ce deformează personalitatea perfecționistului: ghidarea după principiul „totul sau nimic", pesimismul apăsător și sentimentul covîrșitor al datoriei personale.

Pentru persoanele supuse de ambiția perfecțiunii nu există nuanțe. Totul e sau negru sau alb; sau excepțional sau execrabil. Mai mult ori mai puțin, aproape perfect ori doar acceptabil nu există. Împotriva evidenței, judecata perfecționiștilor schematizează, mutilează realitatea. Viața se compune din „și—și"; „sau—sau" definește încremenirea, moartea.

Dramatizarea consecințelor, credința că evenimentele nefavorabile se vor repeta la nesfîrșit — ca trăsătură psihică a perfecționiștilor — diminuează potențialul de muncă și elanul de înfăptuiri al ambițioșilor extraordinarului.

În fine, invocarea abuzivă a datoriei personale ce o resimt generează nu o conduită ireproșabilă, ci o conștiință culpabilă, sentimente de frustrare și autoînjosire. Karel Horney (1885—1952) a analizat această dimensiune a personalităților nevrotice din epoca noastră, subliniind aspectul tiranic al sentimentului de „trebuie" ce-i persecută pe cei obsedați de excepțional: „Trebuie să fac ceva deosebit"; „Sînt dator să excelez!"; „De mine trebuie să se vorbească!"; „Istoria va consemna numele meu!" Fixîndu-și astfel de scopuri intangibile, în flagrantă disproporționalitate cu capacitățile și aptitudinile lor, perfecționiștii se simt inferiori. Își imaginează că ceilalți reușesc fără nici un efort și doar ei se chinuie pentru fiecare lucru; li se pare că efortul pe care îl fac este supraomenesc și, în consecință, slab recompensat. De aici, nemulțumirea, retragerea în sine, neîncrederea în oameni, insecuritatea și incertitudinea!

Nu avem nici un temei să acceptăm supozițiile dr. David D. Burns referitoare la factorii ereditari ai atitudinii perfecționiste. Nu ne satisfac nici explicațiile psihanalitice. Înclinăm să subscriem, însă, considerațiilor referitoare la rolul educației și culturii în geneza perfecționismului.

Într-o familie cu părinți obsedați de perfecțiune, copilul nu este recompensat decît pentru rezultate (școlare, de conduită etc.) foarte, foarte bune. Asupra copilului se exercită presiune pentru evitarea oricărui eșec. I se atrage continuu atenția asupra datoriei ce o are: „Un elev premiant — ca tine — ar trebuie să știe ..."; „Tu nu te poți mulțumi cu atît..."; „Datoria ta e să fii deasupra celorlalți" — îndemnuri și reproșuri, un zid ce încorsetează personalitatea! Copiii astfel „educați" se simt în dificultate, obosiți sau depășiți de „datoriile" lor, reacționează cu iritare, părinții perfecționiști fiind ei înșiși frustrați devin anxioși. Ei ajung să creadă că, dacă nu vor obține calificative maxime la școală, dacă nu vor străluci în jocurile de echipă, dacă nu se vor distinge în mod deosebit prin răspunsurile lor, vor pierde dragostea părintească, dreptul de a trăi.

Elevii de nota zece care nu-și stăpînesc plînsul cînd se întîmplă să primească un opt sau un nouă trădează, fără îndoială, o atitudine perfecționistă deja tiranică. O greșeală, o simplă neatenție de moment declanșează gînduri de intensă culpabilitate: „Nu sînt bun de nimic!"; „Sînt un prost!"; „Degeaba mai trăiesc!" etc.

Întîlnind obstacole și situații de concurență (examene de treaptă, concursuri de admitere etc.), copiii crescuți în cultul perfecțiunii resimt tot mai accentuat discrepanța dintre rezultatele avute în vedere și cele efectiv obținute (chiar dacă acestea sînt foarte onorabile). Devin angoasați. Își pierd încrederea în ei. Din partea colegilor nu primesc nici un sprijin, dimpotrivă. Cine ar putea să-l compătimească, să-l încurajeze pe studentul care n-a reușit să ia decît nota nouă la un examen la care au picat cei mai mulți?! Un astfel de „exemplar perfecționist" se expune glumelor, hazului celorlalți. Rămîne singur. Neînțeles și neacceptat de nimeni. Efortul de autocunoaștere și de cunoaștere psihologică a celorlalți este acum mai mult decît salutar.

Dr. David D. Burns și-a propus să creeze un instrument simplu pentru măsurarea nivelului atitudinii perfecționiste. A modificat *Testul de atitudini disfuncționale* (T.A.D.) al lui Arlene Weissmann, elaborînd o variantă care, deși pentru noi nu are decît o valoare ilustrativă (testul nefiind validat pe populația românească), o supunem atenției celor interesați să-și evalueze trăsăturile de personalitate.

Test de evaluare a perfecționismului

Pe această foaie sînt înscrise zece atitudini și opinii. În ce măsură sînteți de acord sau în dezacord cu fiecare afirmație? Răspundeți trecînd în dreptul fiecăruia:

+ 2 pentru cazul că sînteți total de acord;
+ 1 oarecum de acord;
— 1 oarecum în dezacord;
— 2 total dezacord.

Nu treceți decît un singur răspuns pentru fiecare afirmație. La acest test nu există răspunsuri „bune" sau „rele". Răspundeți în funcție de sentimentele și comportamentul dv. obișnuit:

1. Dacă nu-mi impun criterii de înaltă performanță, risc să nu fiu bun de nimic.

2. Dacă fac vreo greșeală, oamenii își formează o opinie defavorabilă despre mine.

3. Dacă nu pot face un lucru foarte bine, atunci nu-l fac deloc.

4. Mă simt tulburat emoțional cînd comit vreo eroare.

5. Dacă mă trudesc, pot reuși de minune tot ce întreprind.

6. Mă feresc să-mi arăt slăbiciunile.

7. Nu trebuie să comit de două ori aceeași greșeală.

8. Un rezultat mediu nu poate să mă satisfacă.

9. Mă simt diminuat dacă nu înregistrez un succes.

10. Reprosul că nu duc o viață la înălțimea criteriilor de performanță pe care mi le-am stabilit mă ajută să fac lucrurile mai bine.

Calcularea scorului: se face suma algebrică (punctele negative le anulează pe cele pozitive).

Testul de evaluare a perfecționismului (modificat față de original) permite obținerea unui punctaj cuprins între — 20 (atitudine total antiperfecționistă) și + 20 (atitudine total perfecționistă). Punctajele intermediare indică diferite grade de atitudine perfecționistă (sau antiperfecționistă).

Studiile preliminare au arătat că aproximativ 50% din populație obțin scoruri între + 2 și +16. Dumneavoastră unde vă situați?

Schimbarea atitudinală

Dacă ați obținut un scor foarte ridicat la „Testul de evaluare a perfecționismului", dacă ați simțit simptomele obsesiei perfecțiunii sau dacă cei apropiați (familia, prietenii etc.) vă îndeamnă să vă schimbați atitudinea și comportamentul, în sensul împăcării cu propria persoană, nu evitați să o faceți. Stă în puterea dumneavoastră. Trebuie să vă schimbați modul de gîndire, felul de a vă autoevalua.

Terapia practicată la Clinica de psihiatrie a Universității din Pennsylvania (Centrul de terapie cognitivă) prevede, pentru început, dobîndirea „prizei de conștiință". Se cere persoanelor afectate de obsesia perfecțiunii să compare avantajele cu inconvenientele provocate de atitudinea lor. Li se distribuie apoi un formular în care vor nota activitățile ce urmează să le efectueze, gradul de satisfacție (de la 0 la 100) ce îl prevăd și, după consumarea respectivelor acțiuni, reușita lor (în procente). De exemplu: un profesor are de făcut o expunere în fața studenților, trebuie să scrie un articol de popularizare a științei, și-a propus să vopsească ușa camerei sale de lucru, iar apoi să joace șah cu fiul său. S-ar putea ca formularul completat să dezvăluie lucruri surprinzătoare: nu tot ceea ce ne reușește ne procură satisfacție maximă. Dr. David D. Burns afirmă textual: „A obține un rezultat excelent nu e nici necesar nici suficient pentru a te simți satisfăcut". Ne-am obișnuit să credem că ceea ce ne reușește ne procură satisfacție maximă. De asemenea, ne-am deprins să acordăm prioritate activităților în funcție de „potențialul de satisfacție" pe care îl prezintă. La o examinare atentă ne vom da seama că unele din acțiunile noastre, chiar mediocru realizate, ne procură satisfacție mai mare decît ceea ce realizăm foarte bine.

Citind fișa luată ca exemplu, vedem că vopsitul, deși stîngaci executat, datorită lipsei de experiență și de pricepere, a produs mai multă satisfacție decît prelegerea foarte reușită, al cărui „potențial de satisfacție" era deosebit de ridicat.

Fişe pentru evaluarea activităţilor			
Activităţile	Satisfacţia previzibilă	Satisfacţia efectivă	Gradul de reuşită
1. Ţinerea unei prelegeri	70 (bucuria de a transmite informaţii de mare specialitate)	50 (în sală nu a fost linişte desăvîrşită)	90 (expunerea a fost magistrală)
2. Scrierea unui articol	40 (plăcerea de a informa publicul larg)	20 (nivelul de cunoştinţe relativ scăzut)	95 (accesibilitatea foarte bună)
3. Vopsirea uşii	20 (subutilizarea personalităţii)	75 (bucuria de a fi făcut ceva nou şi util)	45 (calitate relativă, consum mare de vopsea)
4. A juca şah	80 (satisfacţia de a-şi antrena fiul)	80 (plăcerea resimţită şi de copil)	60 (întreruperea partidei)

Evaluînd obiectiv lucrurile, oamenii obsedaţi de ideea unor înfăptuiri excepţionale încep să-şi dea seama că, în mod inevitabil, nu toate activităţile le reuşesc „perfect". Încep să înţeleagă şi ei că aşa trebuie să fie. Nimeni nu e foarte bun la toate; este suficient dacă străluceşti într-un anumit domeniu.

Atitudinea perfecţionistă se destructurează treptat. Lupta împotriva mentalităţii „tot sau nimic" concentrează atenţia focală a terapeuticii. În vederea schimbării atitudinale se recomandă examinarea cu luciditate: cît de „perfect" este acest lucru? Această frumuseţe este desăvîrşită? etc. Treptat, prin renunţarea la stereotipiile de gîndire, se adoptă o atitudine raţională faţă de sine, în raport cu eventualele insuccese. Pierderea concursului de admitere în învăţămîntul superior nu înseamnă ratarea personalităţii; nereuşita la olimpiada de matematică nu pune automat în discuţie talentul şi ingeniozitatea; eşecul unei inovaţii tehnice nu echivalează cu lipsa aptitudinilor ş.a.m.d. Apoi, acceptarea observaţiilor critice. A învăţa să recepţionezi în chip raţional critica celorlalţi te ajută nu numai să-ţi păstrezi sănătatea fizică şi psihică, dar şi să progresezi. Critica tovărăşească nu distruge, ci înalţă personalitatea. Trebuie să faci efortul de a te identifica cu persoana care te critică. Care este sistemul de valori cu care operează? Ce motivaţie intimă are? Dar scopul? E comun? E socialmente dezirabil?

Cu un cuvînt, schimbarea atitudinală presupune acceptarea criticii constructive şi, firesc, respingerea cu argumente raţionale a observaţiilor subiective, neconcludente. Ce înţelegi prin atributul negativ ce mi-l asociezi? Pe ce fapte te bazezi? Eşti sigur pe afirmaţiile tale? Nu te contrazici? În acest fel îţi aperi personalitatea, pregătind drumul spre performanţe superioare, în acord cu atitudinile şi cunoştinţele dobîndite.

Autocunoaşterea asigură împlinirea personalităţii şi realizarea cu succes a sarcinilor din zona „proximei dezvoltări." În acelaşi timp, cunoaşterea psihologică a propriei personalităţi împiedică instalarea şi manifestarea „obsesiei perfecţiunii", facilitînd împăcarea cu noi înşine. „A fi ceea ce eşti cu adevărat"—iată condiţia mulţumirii. „Să fii atît cît îţi încapi în piele. Să nu te zmulgi din solul fiinţei tale, să nu ieşi din pielea în care te-ai născut şi care a crescut o dată cu tine. Să nu stîrneşti forţe străine să te ducă în vîrtejul lor mai sus decît plămînii tăi pot respira, decît inima ta poate bate. Să te ridici pînă la altitudinea pe care organismul o poate suporta fără congestionare, fără sincope. Aceasta este cheia echilibrului şi armoniei. A împăcării cu mediul tău şi chiar cu tine însuţi" (Dumitru Popescu, *Prin tine însuţi*, în *Ieşirea din labirint*, Edit. Eminescu, Bucureşti, 1973, p. 214). Oricum ar fi personalitatea noastră, trebuie să o acceptăm, chiar şi pentru faptul că numai astfel putem să o dezvoltăm în acord cu sistemul valorilor sociale.

•

- Spune-mi cu cine te compari, ca să-ţi spun cine eşti!
- Nu ai voinţă dacă ai hotărît de două ori şi n-ai făptuit decît o singură dată.
- Cînd cunosc un om, unii încearcă să-i afle slăbiciunile, alţii virtuţile.

• În fond, nu este o așa de mare erezie să ierarhizezi oamenii după cum ei singuri te apreciază. Condiția: să fii tu însuți o autentică valoare.

• Este incorect să amintești mereu de propria-ți corectitudine.

• Căutăm aprobarea celorlalți chiar și atunci cînd disprețuim părerea lor.

• Ne întristează mai mult succesul dușmanilor decît eșecul prietenilor.

• Nu te încrede în aprecierile măgulitoare ale celor care și-au trăit viața printre mediocrități.

• Ferește-te de evaluarea celor care au cunoscut doar oameni excepționali.

• *Imposibilitate*
— Maestre, vă rog să numiți alți doi actori la fel de îndrăgiți de public ca și dumneavoastră.

• Mult mai lesne îl faci pe un prost să creadă despre sine că e inteligent decît să se vadă așa cum este.

• Adesea îi ajutăm pe alții numai ca să ne convingem ce buni și cît de puternici sîntem noi.

• Mulțumirile publice nu suplinesc mulțumirea de sine.

• Să te compari totdeauna cu oameni mai puternici ca tine; astfel ajungi ca ei!

• Cu timpul, ne acceptăm condiția socială, așa cum ne împăcăm și cu statura pe care o avem.

4. ANTRENAREA PERSONALITĂȚII PENTRU SUCCES

Cunoașterea principiilor memorării eficiente

Cine mai crede astăzi că „repetiția este mama învățăturii"? „A nu repeta mecanic" reprezintă dictonul acceptat în prezent de toată lumea. Sîntem de acord cu acest lucru, dar cum să procedăm altfel pentru a ne spori performanțele mnezice? Psihologul francez François Richaudeau ne propune o metodă

de dezvoltare a memoriei bazată pe șase principii, deduse din teoria psihologică modernă și verificate experimental, dar și din intuițiile anterioare formării psihologiei ca știință.

• *Pentru a memora bine o informație, trebuie asigurată o stare de receptivitate maximă.* Nu poate fi bine înregistrat în memorie decît ceea ce a fost în prealabil corect perceput. Individul uman trebuie să fie în permanență deschis (în sensul propriu al cuvîntului) spre lumea din afară: spiritul și organele de simț — în special ochii și urechile — să fie orientate în direcția stimulilor ce urmează a fi înregistrați mnezic. Organele receptoare sînt adevărate „ferestre" spre lume: să le ținem larg deschise pentru ca impresiile provenite din realitatea obiectivă, exterioară nouă, să îmbogățească spiritualitatea cu noi și noi imagini mintale. Dar disponibilitatea receptivă a omului nu se reduce la pregătirea psihică; organismul, în întregul lui, asigură receptivitatea maximă. Intuiția anticilor — „o minte sănătoasă într-un corp sănătos" — include și memoria. Un om în suferință fizică sau psihică, bolnav sau numai obosit, distrat sau preocupat de altceva, sceptic în ceea ce privește capacitatea sa de memorare, percepe inadecvat informațiile din lumea care-l înconjoară, le memorează deficitar.

• *„Decuparea" mesajului în „forme" adecvate unei percepții eficiente asigură buna memorare a informațiilor.* Aceeași informație poate fi percepută în „forme" diferite. A ști să „decupezi" dintr-un mesaj cele mai adecvate „forme" echivalează cu un plus de claritate și fidelitate în memorare. Cuvîntul „independență" dobîndește, pentru copilul mic, un sens numai după ce a fost „decupat" în grafemele ce-l compun. Dar a citi pe litere nu-i deloc eficient: i-n-d-e-p-e-n-d-e-n-ț-ă. Gruparea în silabe reprezintă „forme" mai adecvate percepției: in-de-pen-den-ță. A vedea cuvîntul dintr-o singură privire, global, constituie, cu siguranță, cel mai bun „decupaj". Psihologia formei (sau *Gestaltpsychologie)* a verificat experimental cerințele formelor bune și legile percepției vizuale. Gruparea perceptivă — evidențiază Max Wertheimer (1923) — se realizează prin reunirea în ansambluri, după sensul de mișcare a elementelor, similitudine, proximitate, simetrie, echilibru etc. *(vezi* p. 208). În plus, cercetările psihologice moderne au relevat că organizarea percepției se diferențiază în cazul memoriei de scurtă durată și al celei pe termen lung. Într-un fel procedăm cînd trebuie să reținem numărul de

înregistrare al unei cereri și cu totul altfel cînd memorăm propriul număr de telefon. Să stabilim, deci, de la început, pentru cît timp vrem să ținem minte un anumit lucru. A-ți propune să memorezi totul, pentru totdeauna, nu-i nici posibil și nici de dorit.

• *Buna memorare presupune organizarea procesului de reamintire.* Memorăm anumite informații pentru a ne servi de ele la momentul oportun. Dacă atunci cînd avem nevoie nu reușim să ne reamintim ce am perceput, întregul efort de memorare devine zadarnic. Acest proces de rechemare conștientă a informației (rapel) constituie momentul cel mai dificil în psihofiziologia memorării. François Richaudeau consideră că rapelul constă în activitatea (conștientă sau inconștientă), exactă și rapidă, a asociațiilor stabilite în momentul înregistrării inițiale a „formelor decupate" din informațiile ce ne interesează (vezi *Psychologie*, nr. 110 din 1979). Psihologul francez mai sus citat apreciază că, pentru a răspunde la o întrebare de orice natură ar fi ea, parcurgem itinerare mintale cu numeroase puncte de răscruce. De aceea este foarte important ca în momentul înregistrării noilor „forme" să ne stabilim totdată și tactica de rapel, adică să ne gîndim cum vom proceda pentru a rechema informația. Dacă, de exemplu, vrem să nu uităm numărul de telefon 11.13.33 atunci cînd îl memorăm să ne fixăm și modul de aducere a lui în conștiință: să spunem de trei ori treisprezece (111333), treisprezece fiind un număr cu bogată încărcătură afectivă pe care îl ținem minte ușor. Desigur, putem proceda și altfel; esențial rămîne faptul determinării de la început a tacticii de rechemare a informației.

• *Păstrăm nedeformate și pentru mai mult timp informațiile memorate, dacă le asociem un sens și le integrăm într-un context cu semnificație, ierarhizat.* Ca valoare obiectivă a unui semn, sensul constituie tot ceea ce acesta comunică spiritului (vezi *Dicționar de filozofie*, Edit. politică, 1978, p. 628). În accepția principiilor memorării eficiente, formulate de Fr. Richaudeau, sensul corespunde „inteligibilității formelor decupate dintr-un mesaj". Pentru noi, românii, „1877", evocînd aspirațiile seculare de independență ale poporului român, este mai inteligibil decît „1867". Pentru un francez, forma „1789" este mai inteligibilă decît „1769", deoarece are un sens: căderea Bastiliei. În afara asocierii unui sens formelor percepute,

facilitarea memoriei se obține dacă ceea ce trebuie înregistrat se include într-un context cu semnificație și ierarhizat în același timp. Literele se asociază în cuvinte, cuvintele în propoziții, propozițiile în fraze ș.a.m.d. Se formează lanțuri ierarhizate. Chiar regulile mnemotehnice — procedee de achiziție și conservare mnemică — constau tot în integrarea mesajului inițial într-un context cu un sens supraadăugat (și arbitrar), urmărind facilitarea memorării. Mnemotehnica de azi își are originile în retorica greco-romană. Apelul la punctele de sprijin ale memoriei — formulele mnemotehnice — au dat strălucire artei oratorice. Nu trebuie deci disprețuite nici formulele mecanice. Spectrul luminii solare, cele șapte culori simple (*r*oșu, *o*ranj, *g*alben, *v*erde, *a*lbastru, *i*ndigo, *v*iolet), se memorează mai ușor dacă facem apel la o formulă mnemotehnică (în cazul nostru ROGVAIV) decît prin repetarea succesiunii denumirii razelor monocromatice ale soarelui.

• *Informația se memorează bine dacă, ori de cîte ori este posibil, se asociază „forme" vizuale unui concept și se plasează într-un context afectiv.* Experiența de zi cu zi ne arată că recunoaștem mai repede figura unei persoane decît ne reamintim numele ei. Dintre toate tipurile de informații, cele vizuale se memorează cel mai ușor. Cercetările psihologice de laborator au relevat că informațiile de natură concretă sînt mai bine reținute decît cele de natură abstractă, că faptele colorate afectiv revin mai prompt în memorie decît cele neutre, necontaminate emoțional. Scrierea eficace, ca și gradul de lizibilitate al unui text sînt influențate de proporția cuvintelor afectogene: cu cît apar mai multe cuvinte cu rezonanță emoțională cu atît mai lizibil devine textul și cu atît mai ușor este de reținut. Noi înșine ne ajutăm memoria dacă asociem informațiilor abstracte sau banale corespondențe vizuale, concludente, afective. Reluăm exemplul memorării anului 1877. Cea mai bună corespondență vizuală a „formei" abstracte „1877" o constituie, cu siguranță, tabloul „*Atacul de la Smîrdan*" al lui Nicolae Grigorescu. Rechemăm informația abstractă „1877" prin asocierea cu pînza lui Grigorescu.

• *Multiplicarea asociațiilor mintale cu alte concepte facilitează memorarea informațiilor.* Circuitele memoriei, structuri mintale evolutive, se îmbogățesc permanent cu noi legături, în timp ce alte conexiuni cad în desuetudine. Corespunzător acestui proces fiziologic, informația memorată se

modifică şi, o dată cu trecerea timpului, se poate pierde definitiv... Cum să luptăm împotriva fragilităţii memoriei noastre? Repetînd periodic informaţia ce trebuie să o ţinem minte, dar nu mecanic, cu aceleaşi cuvinte, într-o succesiune neschimbată, ci reactivînd complex circuitele memoriei, punînd în stare de funcţionare mereu alte puncte de răscruce mnezică. Totodată, făcînd noi şi noi asociaţii mintale cu elementele percepţiei vizuale ne consolidăm memoria. Psihologul sovietic A.R. Luria, studiind memoria excepţională a unor copii, a constatat că aceştia aveau capacitatea de a asocia fiecărei amintiri numeroase senzaţii: vizuale, tactile, olfactive, acustice, termice etc. Rezultă de aici că ne ameliorăm performanţele mnezice dacă reuşim să sporim asociaţiile informaţiei de memorat cu cît mai multe imagini mintale (senzaţii, percepţii, concepte) anterior sau concomitent fixate.

Dezvoltarea inteligenţei prin învăţarea limbilor străine

Pe glob se vorbesc între 2 000 şi 3 000 de limbi, numărul acestora nefiind cunoscut cu exactitate, pentru că, pe de o parte, în lume mai există regiuni încă insuficient explorate, iar pe de altă parte, datorită faptului că în multe cazuri nu se poate stabili dacă o populaţie vorbeşte o limbă sau un dialect. Desigur, nimeni, niciodată, nu va reuşi să cunoască toate limbile care se vorbesc pe glob, dar posibilităţile actuale de comunicare viteza rapidă de deplasare dintr-un loc într-altul, telefonul, radioul, televizorul şi, totodată, predarea în şcoli şi facultăţi a limbilor de mare circulaţie favorizează în cel mai înalt grad contactul şi înţelegerea între oamenii care vorbesc limbi diferite. Exemplele de oameni care cunoşteau mai multe limbi străine sînt numeroase. Să ne amintim de Dimitrie Cantemir, „poliglot solid", cum îl caracterizează George Călinescu în *Istoria literaturii române de la origini pînă în prezent*, care cunoştea 10 limbi străine (greaca, slavona, turca, araba, persana, latina, italiana, franceza, rusa, polona), de spătarul Nicolae Milescu sau de Nicolae Titulescu.

Dar nu despre performanţe în învăţarea limbilor străine ne-am propus să discutăm, ci despre consecinţele învăţării limbilor străine în planul restructurării activităţii cerebrale, deoarece funcţionarea creierului, repartiţia activităţii între

cele două emisfere cerebrale şi, probabil, viziunea asupra vieţii şi lumii se modifică prin învăţarea altei limbi decît cea maternă. Dovadă, unele cazuri extreme care aruncă o nouă lumină şi aduc surprize în funcţionarea cerebrală.

În timpul primelor 4—5 zile de după un atac de apoplexie (pierderea bruscă a cunoştinţei, cauzată de o hemoragie cerebrală), un elveţian de origine germană, care anterior cunoştea, în afară de limba maternă, atît italiana cît şi franceza, nu a reuşit să vorbească decît în limba italiană, pe care o învăţase relativ tîrziu. Progresiv, pe măsura însănătoşirii, a început să vorbească în franceză, nemaiputînd utiliza limba italiană. După 10 zile şi-a reactivat limba maternă, franceza devenind inoperantă. Acest caz şi altele asemănătoare — deşi extrem de rare — au ridicat oamenilor de ştiinţă numeroase întrebări legate de activitatea cerebrală: creierul persoanelor bilingve tratează diferit cele două limbi însuşite? Limbile învăţate tardiv sînt tratate, cerebral, într-un mod diferit? Cum funcţionează creierul persoanelor poliglote? Cum se repartizează sarcinile între cele două emisfere cerebrale în cazul persoanelor care ştiu mai multe limbi? Are vreo legătură poziţia socială (status-ul) a indivizilor bilingvi cu repartiţia sarcinilor între emisferele cerebrale?

S-au emis ipoteze îndrăzneţe, dintre care cea mai incitantă este aceea că, învăţînd limbi străine, devenim mai inteligenţi, nu numai în sensul sporirii posibilităţilor de informare, ci într-un plan mai profund, legat de capacitatea fiecărei limbi de a structura, prin caracteristicile sale gramaticale şi semantice, perceperea lumii exterioare.

Experienţele realizate de psihologul Roger Sperry asupra persoanelor cu „creierul despicat" (expresia din limba engleză „split brain" desemnează operaţia chirurgicală de secţionare a fibrelor nervoase care leagă, la nivelul corpului calos, cele două emisfere cerebrale) au pus în evidenţă faptul că emisferele cerebrale nu au aceleaşi funcţii în tratarea informaţiilor (fig. 24). În mod normal, la subiecţii de sex masculin, dreptaci, monolingvi — asupra cărora s-au făcut experimentele — emisfera stîngă, răspunzătoare de controlul asupra părţii drepte a corpului, guvernează activitatea lingvistică, în timp ce emisfera dreaptă susţine activităţile nonverbale: inteligenţa spaţială, muzicală, înţelegerea globală a ideilor şi impresiilor (vezi p.33). Această schemă a repartiţiei funcţiilor între cele două emisfere cerebrale, în

lumina cercetărilor recente asupra persoanelor care vorbesc perfect mai multe limbi, se cere revizuită, în sensul sublinierii importanței pentru limbaj a emisferei drepte, în special în perioada inițială a învățării limbii.

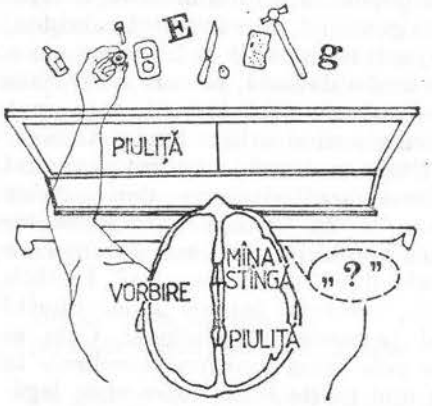


Fig. 24. Tratarea informațiilor de către emisferele cerebrale: persoanele cu „creier despicat" pot citi și înțelege denumirile obiectelor înregistrate în jumătatea stîngă a creierului, dar nu le pot verbaliza; în schimb, prin atingerea acestora cu mîna stîngă, le recunosc.

Cercetările efectuate de Loraine Obler și Martin Albert asupra „creierului bilingv" au condus la concluzia că „învățarea mai multor limbi are consecințe anatomofuncționale, modifică activitatea cerebrală, modul de percepere a lumii reale" (vezi *The Bilingual Brain*, 1978). Ariile cerebrale implicate în însușirea diverselor limbi au contururi și dimensiuni diferite. Cu alte cuvinte, în învățarea limbilor străine sînt activate, de fiecare dată, alte porțiuni din zona cerebrală a limbajului. Așa se explică de ce unele leziuni cerebrale, în cazul poliglo̧ților, afectează folosirea unei limbi, operarea (vorbirea, scrierea) în alte limbi rămînînd însă nemodificată. Referitor la ariile de proiecție cerebrală a limbajului, cercetările neurochirurgului George Ojemann, împreună cu psihologul Harry Whitaker, asupra unor pacienți cu „creierul despicat" au evidențiat că, în cazul bilingvilor, pentru fiecare limbă străină învățată există, în afara unei zone comune din aria limbajului, și o zonă periferică specifică. De asemenea, cu totul surprinzător, s-a constatat că cea de-a doua limbă ocupă o suprafață corticală mai mare decît limba învățată precoce. George Ojemann și Harry Whitaker au emis ipoteza că învățarea unei a doua limbi antrenează un număr mai

mare de neuroni, situați într-o zonă cerebrală mai extinsă. Pe măsura familiarizării cu noua limbă, numărul neuronilor antrenați de activarea limbajului tinde să se reducă.

Dacă — așa cum s-a arătat — învățarea limbilor străine influențează structura anatomofuncțională cerebrală, se ridică întrebarea: ce consecințe are, în planul performanțelor intelectuale, însușirea unei a doua limbi?

Conform cercetărilor psihologilor Jyotsna Vaid și Wallace Lambert de la Universitatea McGill (S.U.A.), persoanele bilingve sînt mai capabile să distingă stimulii din lumea înconjurătoare, de exemplu, să izoleze imaginea unui obiect în raport cu fondul în care se prezintă. De asemenea, cei doi psihologi au demonstrat experimental că bilingvii sînt mai independenți față de cîmpul perceptiv (experimental, reușesc mai ușor să stabilească poziția orizontală a unei drepte, indiferent de cadrul în care este ea plasată). Interesant este faptul că la testele psihologice de măsurare a „independenței de cîmp" nu toți subiecții bilingvi au obținut aceleași rezultate: cei care au achiziționat a doua limbă străină în primii ani de viață au reușit mai bine, primind un punctaj superior. Continuînd cercetările comparative între bilingvii precoce și tardivi (cei care și-au însușit a doua limbă în perioada adolescenței sau mai tîrziu), Jyotsna Vaid și Wallace Lambert au ajuns la unele concluzii care depășesc, prin semnificația lor, interesul strict al psihologilor. Cei care au învățat a doua limbă foarte devreme au performanțe superioare atît în ceea ce privește rapiditatea vorbirii, cît și în ceea ce privește tratarea cerebrală a limbajului: pentru înțelegerea limbajului fac apel la o abordare semantică, antrenînd mai mult emisfera stîngă (spre deosebire de bilingvii tardivi, care activează mai mult emisfera dreaptă). Concret, dacă unei persoane care vorbește la fel de bine româna și germana i se cere să identifice cărei limbi aparține un anumit cuvînt, ea va proceda într-un anume fel dacă cea de-a doua limbă a învățat-o la vîrsta preșcolară (bilingv precoce) și cu totul altfel dacă și-a însușit-o în gimnaziu (bilingv tardiv). Primii analizează sensul cuvîntului, în timp ce bilingvii tardivi iau în considerare caracteristicile fizice ale cuvîntului, sonoritatea, combinarea sunetelor. Pe de altă parte, s-a constatat (cercetările psihologului S. Ben Zeev, Israel) că subiecții bilingvi, în ansamblu, își dezvoltă capacitatea de analiză

subtilă a materialului lingvistic datorită faptului că ei sînt supuși în permanență efortului de căutare a regulilor cărora li se subordonează limbajul prin trecerea rapidă de la o limbă la alta.

În sfîrșit, raportul dintre însușirea limbilor străine și dezvoltarea performanțelor intelectuale a fost analizat din perspectiva teoriei lingvistului și antropologului Benjamin Lee Whorf, după care percepția lumii înconjurătoare este condiționată de caracteristicile gramaticale și semantice ale limbii subiectului cunoscător. Comparînd structura limbii hopi (vorbită în nord-estul statului Arizona — S.U.A. de către populațiile sedentare de agricultori) cu cea a limbii engleze, Benjamin Lee Whorf apreciază că prima manifestă tendința de a implica individul în mediul său de viață, spre deosebire de limba engleză, care, dimpotrivă, îl detașează. Altfel spus, limba hopi implică emisfera dreaptă mai mult decît limba engleză. Linda Rogers a pus în evidență acest lucru utilizînd electroencefalografia: au fost testați elevi bilingvi hopi-engleză și s-a constatat că atunci cînd aceștia vorbeau limba hopi electroencefalograma arăta o activitate mai intensă a emisferei drepte. Chiar dacă experimentele Lindei Rogers au fost diferit interpretate, un fapt rămîne de necontestat, și anume că cercetarea psihofizologică a limbajului persoanelor bilingve a îmbogățit substanțial cunoștințele tradiționale privind relația dintre creier și limbă, relevînd aportul însușirii limbilor străine la dezvoltarea intelectuală generală.

Dar, așa cum releva Beryl Lieff Benderly într-un studiu de sinteză publicat de revista *Psychologie* nr. 138 din 1981, cercetările de pînă acum din acest domeniu, deși interesante, sînt fie incomplete, fie imperfecte. Ele oferă mai degrabă ipoteze decît certitudini. Totuși, pe baza studiilor efectuate pînă în prezent, se poate afirma că activitatea cerebrală în limbaj este mult mai flexibilă, mai adaptativă și mai complexă decît se presupunea.

Menținerea performanțelor intelectuale de-a lungul întregii vieți

Există, în științele despre om, teze pe care le acceptăm, deși cazurile de mare notorietate le contrazic. Declinul capacității intelectuale la persoanele în vîrstă cunoaște numeroase infirmări. Să ne gîndim la Michelangelo (1475—1564), care, la o vîrstă foarte înaintată, a continuat să dea omenirii opere nemuritoare: la 78 de ani începe să sculpteze prima versiune a grupului în marmură „*Pieta Rondanini*", iar cea de-a treia versiune, neterminată, datează cu puțin înainte de moartea genialului artist, la 89 de ani. Tizian (1490—1576) a pictat celebrul tablou „*Cununa de spini*" la 86 de ani. Goethe (1749—1832) a dat omenirii ultima versiune a lui *Faust* la vîrsta de 82 de ani, iar Verdi (1813—1901) a terminat de scris opera *Falstaff* la 80 de ani. Istoria culturii a înregistrat astfel de performanțe fără ca teza reducerii funcțiilor mintale, o dată cu înaintarea în vîrstă, să fie pusă sub semnul întrebării. Și în spațiul cultural românesc longevitatea creației unor savanți nonagenari, precum Octav Onicescu, Iorgu Iordan sau Alexandru Rosetti — ca să ne referim numai la personalitățile științifice de primă mărime care au elaborat lucrări fundamentale și după împlinirea vîrstei de 90 de ani — infirmă teza mai sus amintită. În același sens se înscriu și răspunsurile filosofului și psihologului Constantin Rădulescu-Motru (1868—1957) la ancheta Institutului de geriatrie din București. La vîrsta de 84 de ani, marele gînditor român nota în studiul *Despre bătrînețe* (datat 31 dec. 1952): „Memoria a început, cu vîrsta de 70 de ani, să scadă. Acum, cînd am peste 80 de ani, sînt adesea plictisit de uitarea, la momentul cînd ai nevoie, a numelor de persoane, dar memoria se menține intactă în ceea ce privește celelalte părți de cuvînt. Judecata o cred intactă, într-o anumită latură, chiar o cred superioară celei din trecut" (vezi *Revista de filosofie*, nr. 4 din 1983).

Pînă de curînd, cazurile de păstrare nealterată a parametrilor activității intelectuale la vîrsta a treia erau puse fie pe seama zestrei genetice ieșite din comun, fie tratate, pur și simplu, ca excepții care nu înlătură, ci, dimpotrivă, confirmă regula: diminuarea potențialului cerebral la bătrînețe. Recente cercetări de psihofiziologie furnizează probe indubitabile, care ne obligă să reanalizăm cunoștințele despre creșterea și descreșterea proceselor psihice în raport cu vîrsta. Sub un titlu șoc *Cercetările arată că intelectul este capabil să se dezvolte la bătrînețe*, Daniel Goleman prezintă, în *International Herald Tribune* din 1 martie 1984 (nr. 3124), o serie de studii de fiziologie cerebrală, psihologie, sociologie

și geriatrie menite să schimbe optica despre evoluția psihicului uman. Sînt menționate cercetările efectuate de Roy și Janet Lachman de la Universitatea din Houston, în care s-a testat capacitatea de înțelegere a cuvintelor, comparativ, la un grup de persoane în vîrstă de 70 de ani și la un grup de tineri de 20 de ani. S-a cerut rechemarea în memorie a unor informații primite în școală și a unor date din experiența cotidiană (definirea unor noțiuni și reamintirea numelor unor personalități politice). Grupul vîrstnicilor a obținut, pe total, un scor superior față de cel al tinerilor.

Și în cercetările asupra inteligenței, în probele de rezolvare de probleme, dr. John Horn, psiholog la Universitatea din Denver, a înregistrat la bătrîni rezultate mai bune decît la tineri. Constatarea nu trebuie să ne mire, pentru că persoanele în vîrstă au obiceiul de a „întoarce lucrurile pe toate fețele" înainte de a lua o hotărîre. Or, rezolvarea de probleme presupune tocmai verificarea tuturor relațiilor.

Se pun, firesc, două întrebări: în ce a constat eroarea studiilor mai vechi, care susțineau teza contrară, și în ce condiții, la vîrsta a treia, capacitatea intelectuală se menține la cote înalte?

Unii psihologi critică instrumentele de măsurare utilizate în studiul comparativ al inteligenței tinerilor și bătrînilor, alții contestă modul de alcătuire a grupelor experimentale și de control, selecția subiecților a căror inteligență a fost comparată. Psihologul Leonard Poon de la Harvard Medical School supune unei critici severe testele cu ajutorul cărora s-a „dovedit" declinul intelectual al vîrstnicilor, comparativ cu persoanele tinere. De cele mai multe ori, în cadrul probelor administrate, s-a cerut memorarea unor cuvinte fără sens. Tinerii, în marea majoritate a cazurilor studenți, erau motivați (sporirea prestigiului personal printre colegi, susținerea cercetării științifice etc.) să rezolve testul cît mai bine, să obțină scoruri cît mai mari, dar vîrstnicii nu vedeau nici o rațiune pentru care să facă efortul de a ține minte perechi de silabe și cuvinte lipsite de semnificație. În *Revista Societății americane de geriatrie* au apărut alte critici la adresa vechilor cercetări de psihologia vîrstelor, la fel de întemeiate: loturile de tineri și de bătrîni folosite în studiile de acest gen, în majoritatea cazurilor, nu erau comparabile. De asemenea, nici aparatul conceptual nu a fost bine pus la punct. Ce se înțelege, de exemplu, prin „degenerescența"

celulelor nervoase la bătrînețe? Cercetînd metabolismul diferitelor zone cerebrale la persoane între 21 și 83 de ani, dr. Jerry Avorn, de la Universitatea Harvard, a găsit că activitatea cerebrală este la fel de eficientă la tineri și la bătrîni.

Rezultatele cercetărilor invocate de Daniel Goleman în articolul menționat sînt foarte optimiste, chiar dacă în unele studii apar decalaje de performanță intelectuală în defavoarea celor în vîrstă de peste 80 de ani. Declinul „inteligenței fluide" — abilitatea de achiziționare și operare cu relații și modele abstracte — se pare că se accentuează o dată cu înaintarea în vîrstă, conform cercetărilor dr. John Horn. Acest lucru nu induce însă dificultăți în comportamentul cotidian al bătrînilor, întrucît — așa cum opina Martha Storandt, psiholog la Universitatea Washington din St. Louis, — „oamenii învață să o compenseze". Nici declinul memoriei, atunci cînd este real, nu devine alarmant (excepție făcînd cazurile patologice de senilitate). Tot atît de nesemnificative sînt și capacitatea de a opera cu relații spațiale și scăderea fluenței intelectuale, deficiențe evidențiate în cercetările dr. Warner Schaie, de la Universitatea din Seattle. Pe baza studiului unui mare număr de cazuri (peste 5 000), acesta ajunge la concluzia că, pentru unele capacități mintale, un slab declin se observă după vîrsta de 60 de ani, dar pentru cei mai mulți oameni după 80 de ani. Acest declin este — susține cercetătorul menționat — foarte puțin important pentru inserția socială a bătrînilor. Uitarea numelor unor cunoscuți sau a unui număr de telefon nu ridică probleme serioase în viața cotidiană. Important este, așa cum au demonstrat cercetările recente, că „inteligența cristalizată", adică abilitatea persoanei de a utiliza informația acumulată în vederea efectuării judecăților și rezolvării problemelor, nu se modifică, ba mai mult, în mod obișnuit, crește o dată cu vîrsta (fig. 25). Dr. John Horn susține că „inteligența cristalizată" crește stadial continuu toată viața, cu toate că la bătrînețe sporul este mai mic. Deși această teză necesită încă verificări experimentale, acceptarea ei poate avea consecințe sociale pozitive, mai ales dacă ne gîndim că teza contrară a indus efecte nedorite: știindu-se că la bătrînețe capacitatea intelectuală intră în declin, persoanele în vîrstă se comportă ca atare, iar cei din jur nu-i mai solicită în activități utile.

Care sînt însă condiţiile necesare menţinerii şi chiar sporirii potenţialului intelectual de-a lungul întregii vieţi? În unanimitate, cercetătorii indică următorii factori: implicarea socială a personalităţii, activismul intelectual continuu şi flexibilitatea intelectuală. Ştim, din observaţiile cotidi-

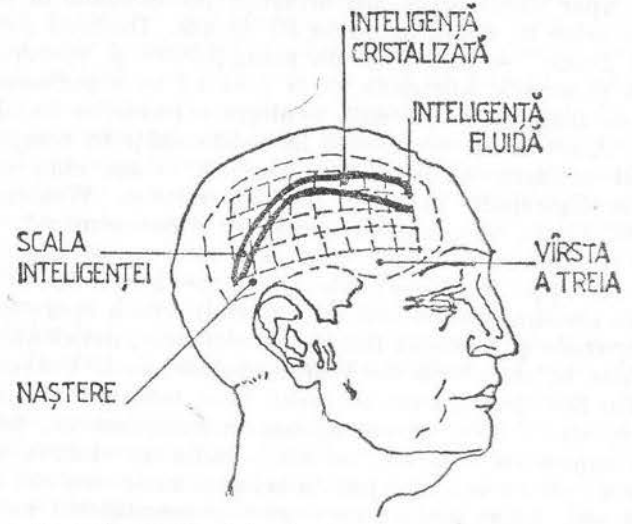


Fig. 25. Evoluţia inteligenţei cristalizate şi fluide la vîrsta a treia.

ene, că retragerea din viaţa profesională se soldează, adesea, cu prăbuşirea intelectuală. Ieşirea la pensie, asociată cu izolarea socială, accelerează decăderea funcţiilor mintale. Persoanele în vîrstă care trăiesc în cadrul familiei, activînd în prelungirea profesiei lor sau asumîndu-şi anumite răspunderi familiale, îşi păstrează facultăţile intelectuale, în timp ce covîrstnicii lor ducînd o existenţă izolată dau semne evidente de declin psihic. A rămîne intelectual activ toată viaţa reprezintă, de asemenea, o condiţie *sine qua non* a preîntîmpinării declinului generat de vîrsta înaintată. Explicînd păstrarea potenţialului său intelectual, C. Rădulescu-Motru mărturisea: „N-a fost zi fără muncă intelectuală". Continuarea activităţii în direcţia intereselor profesionale face posibilă dezvoltarea abilităţilor în respectivele domenii.

În sfîrşit, cultivarea flexibilităţii în gîndire, deschiderea spre noi experienţe la maturitate menţin nemodificate şi chiar sporesc funcţiile intelectuale la bătrîneţe.

Eliminarea timidităţii

Ne-am obişnuit să plasăm timiditatea la frontiera fenomenelor de patologie comportamentală şi, uneori, chiar dincolo de ea. La acreditarea acestei prejudecăţi au contribuit şi oamenii de ştiinţă. Însuşi marele psiholog francez Pierre Janet (1859—1947), cel care a creat termenul de *psihastenie*, atît de circulat azi, prin care desemna „o slăbire a funcţiilor superioare ale creierului", în lucrarea *Nevroses et idées fixes* (P.U.F., Paris, 1909), aprecia timiditatea ca „maladie a comportamentului social. Lucrările moderne de psihologie — cel puţin unele dintre ele — perpetuează eroarea de a considera timiditatea o stare anormală. În enciclopedia psihologică editată de Michel şi Françoise Gauquelin se precizează: „Timiditatea este o slăbiciune de caracter şi de voinţă care poate fi apropiată de complexul de inferioritate, descris de Adler, şi de inhibiţiile nevrotice, puse în lumină şi explicate de psihanaliză" *(La Psychologie moderne de A à Z*, Centre d'Etude et Promotion de Lecture, Paris, 1971, p. 530). Într-o lucrare recentă (*La Timidité*, Editions du Rocher, Paris, 1982), dr. Phyllis M. Shaw caracteriza timiditatea ca o „angoasă socială", iar psihologul W.R. Borg, tratînd despre *Legile eterne ale succesului*, propunea o serie de metode de vindecare a timidităţii, care trebuie considerată — susţine psihologul american sus-amintit — drept o maladie psihică şi nu o suferinţă imaginară.

Mai nou, s-a produs însă o schimbare radicală în optica psihologilor, care au început să vadă în timiditate o componentă normală a personalităţii (*vezi* Philip G. Zimbardo, *Comprendre la timidité*, Inter-Editions, Paris, 1979).

Se consideră azi că „toţi oamenii au reacţii de timiditate", că într-un mediu social necunoscut, faţă de persoanele străine care ar putea să evalueze comportamentul nostru ne manifestăm mai mult sau mai puţin timid, resimţim în mod normal un sentiment de teamă.

Această schimbare în concepţia despre timiditate, determinată de rezultatele cercetărilor psihofiziologice şi psihosociologice, are consecinţe pozitive asupra comportamen-

tului uman și sănătății psihice. Includerea timidității printre manifestările nevrotice echivala cu furnizarea unui motiv în plus pentru accentuarea acestei stări. Persoanele timide, știind că sînt bolnave psihic, își formau sau își accentuau un complex de inferioritate încercînd să ascundă față de ceilalți slăbiciunea lor, prezentîndu-se în societate tot mai timorați. În perspectiva studiilor efectuate de o echipă de psihologi de la Universitatea Stanford (Philip G. Zimbardo, Paul A. Pilkonis și Robert M. Norwood), timiditatea apare ca o stare psihică normală, larg răspîndită mai ales printre adolescenți și tineri. Mai mult de 40% dintre studenții investigați în două mari universități americane au afirmat că se consideră timizi. Această autoapreciere este cu atît mai surprinzătoare cu cît, la nivelul simțului comun, studenții sînt apreciați ca persoane dezinvolte, chiar arogante și impertinente, după cum remarcă autorii mai sus citați. Conștientizarea de către copii, adulți și tineri a faptului că timiditatea nu-i o maladie, că persoanele timide nu reprezintă „cazuri speciale", este în măsură să reducă, ba chiar să elimine suferința și handicapul milioanelor de oameni timizi.

Poate că nici o altă trăsătură de personalitate nu se observă atît de ușor ca timiditatea. Se vede foarte bine dacă cineva, într-o situație dată, s-a intimidat, în primul rînd după reacțiile fiziologice: roșeață sau paloare (tulburări vasomotorii ale circulației sanguine), respirație întretăiată, dificultăți de exprimare. Toate acestea trădează șocul emoțional trăit de persoanele timide cînd trebuie să se manifeste în prezența altor persoane prea puțin cunoscute, mai ales de sex opus. În astfel de situații, timizii devin dintr-o dată foarte stîngaci în comportament, încercînd să treacă neobservați. Nu reușesc. Se emoționează și mai puternic. Comit brusc acte necontrolate, inadecvate situației. Dar timiditatea nu se reduce la manifestările direct observabile. Unele modificări fiziologice și psihice produse de timiditate sînt mai greu de înregistrat, de asemenea dificultatea de a stabili exact pînă unde acționează timiditatea și de unde încep să se facă resimțite alte trăsături de caracter (lipsa de prietenie, înclinația spre meditație solitară etc.) sau alte motivații.

În plan psihic, se înregistrează o încetinire în gîndire, idei confuze, un fel de „vid mintal". Din punct de vedere afectiv, persoanele timide se caracterizează, adesea, printr-un sentiment de culpabilitate, își atribuie responsabilitatea eșecului, chiar și atunci cînd acesta a fost determinat de factori externi, imposibil de controlat. Deși comportamental timizii rămîn pasivi, evitînd inițiativa și acțiunea, din punctul de vedere al trăirilor intime ei dau dovadă de hipersensibilitate. Uneori timiditatea se asociază cu fenomene obsesive ca agorafobia (teama irațională de locurile publice) sau claustrofobia (frica de spațiile închise).

Persoanele timide resimt dureros situația lor. În studiile realizate cu începere din 1966 în cadrul seminarului condus de prof. Philip G. Zimbardo, de la Universitatea Stanford (S.U.A.), aproximativ trei sferturi dintre timizii interogați deplîngeau faptul că nu se pot comporta cu dezinvoltură, declarînd că ar fi gata oricînd să se adreseze unui psihoterapeut sau să se interneze într-o clinică pentru timizi, dacă ar exista așa ceva. Iată ce dificultăți incriminau cei anchetați.

În primul rînd, problemele vieții sociale cotidiene: inabilitatea de a intra în legătură cu persoane necunoscute, de a stabili noi prietenii. Apoi starea afectivă negativă, generatoare, la rîndul ei, de depresie psihică, tendință spre izolare și solitudine. Persoanele timide se plîng de faptul că nu reușesc să se afirme, să prindă momentul potrivit de a-și pune în lumină calitățile psihomorale și intelectuale. Chiar atunci cînd, după lungi ezitări, timizii se decid să-și spună cuvîntul, ei vorbesc abia șoptit, cu pauze mari, sau nefiresc de repede, se bîlbîie, pierd șirul ideilor etc.

Majoritatea celor intervievați consideră că timiditatea maschează comportamentul și personalitatea, ascunzînd calitățile reale. Tendința timizilor de a se ține de o parte poate fi interpretată ca dispreț al colectivului, tăcerea lor — ca lipsă de informație sau lașitate etc. Reacțiile comportamentale disproporționate în raport cu stimulii declanșatori și manifestările agresive ale timizilor, generate de acumularea frustrării, pot fi ușor etichetate ca necuviință sau ostilitate.

De asemenea, din cauza timidității, imaginea de sine suferă modificări: timizii par snobi, plicticoși, aroganți, în general oameni slabi. De aceea nimeni, în mod spontan, nu face efortul de a se apropia de cei timizi, izolarea lor devenind cronică. În fine, dintre handicapurile timidității sînt

stînjenitoare și modificările de ideație și de comunicare interumană. Dat fiind șocul emoțional declanșat de prezența persoanelor necunoscute, gîndurile timizilor pierd din claritate, comunicarea fiind îngreunată din această cauză. Pe de altă parte, eșecul intelectual generează teama de a lua cuvîntul în public, de a-și exprima ideile, ceea ce face ca, adesea, timizii să fie considerați persoane lipsite de imaginație. De fapt, ceea ce îi separă pe timizii ocazionali de cei cronici este exagerata conștiință de sine a ultimilor, în centrul gîndurilor sale timidul punînd propria persoană.

Fenomen normal, mai ales la preadolescenți, timiditatea poate deveni cronică, intensificîndu-și simptomele. De cele mai multe ori însă, o dată cu înaintarea în vîrstă, timiditatea dispare de la sine. Înlăturarea timidității, generată de lipsa de siguranță în ceea ce privește impresia pe care o produce preadolescentul asupra persoanelor necunoscute sau prea puțin cunoscute, cere mult tact. Ca regulă generală, nu trebuie să se arate că se acordă atenție deosebită acțiunilor și celor spuse de timizi. Includerea copiilor timizi în colectivitatea celor de o vîrstă cu ei, încurajarea activităților comune și a schimbului de păreri ajută la depășirea handicapurilor timidității. Părinții și educatorii le pot fi de folos ajutîndu-i să ia în stăpînire propriile reacții psihice, alegînd pentru adolescenți și preadolescenți acele sarcini pe care aceștia le pot îndeplini cu succes. Apoi, în prezența întregii familii sau în fața colectivului clasei, se impune să se facă aprecierile cuvenite pentru realizările obținute.

Foarte adesea, greșelile din educația copiilor se soldează cu instalarea la pubertate (10—12 ani) a unei timidități exagerate. Dintre aceste greșeli, cele mai des întîlnite — așa cum se specifică în *Dicționarul enciclopedic de psihologie* (coordonator principal prof. dr. Ursula Șchiopu, Tipografia Universității din București, 1979) — sînt: hiperprotecția părinților și dorința lor, neconștientizată, de a fi indispensabili copiilor pentru a le păstra afecțiunea. Astfel de copii, crescuți în „condiții de seră", bat în retragere în fața vieții, sînt timorați de orice schimbare din anturajul lor etc. Adesea copiii devin timizi pentru că se cere de la ei mai mult decît sînt în stare să facă la vîrsta lor. Unii părinți au ambiția să scoată din copiii lor genii, talente de excepție: își suprasolicită copiii și reușesc, în cele din urmă, datorită

eșecurilor repetate, să le formeze o imagine de sine modestă chiar sub ceea ce, în mod normal, ar putea corespunde dotării lor psihice.

Ca și atenția exagerată acordată copilului, ignorarea lui, abandonul educativ se repercutează negativ în conduita socială a acestuia. Combaterea timidității, în aceste cazuri, presupune înlăturarea cauzelor care au provocat-o.

Învingerea timidității nu are în vedere doar timiditatea normală a adolescenților, ci și celelalte forme de timiditate: timiditatea obișnuită a adulților puși să acționeze în condiții neobișnuite, necunoscute, timiditatea profesională (tracul), timiditatea constituțională (hiperemotivitatea persoanelor cu tendințe vagotonice). Desigur, strategia combaterii timidității se diferențiază de la o formă la alta. Analiza situațiilor paralizante este uneori suficientă pentru ca adulții să depășească timiditatea ocazională, obișnuită în condițiile intervenției unor factori noi, necunoscuți. Regularizarea respirației, calmarea bătăilor inimii, înlăturarea spasmului stomacal ajută la înfrîngerea timidității.

În ceea ce privește timiditatea profesională, cu consecințe negative asupra performanțelor, se cere totdeauna a fi combătută, efortul de ridicare a măiestriei profesionale fiind cel mai bun antidot.

În fine, timiditatea constituțională, ca și cea provocată de nevroze, intră în sfera de interes a psihopatologiei, depășind cadrul discuției noastre, prin care ne-am propus să demolăm prejudecata includerii nediferențiate a timidității între fenomenele anormale. Schimbîndu-ne optica față de timiditate, facem un prim pas în învingerea ei și, prin aceasta, pregătim biruința asupra noastră înșine, care este, așa cum spunea marele filozof al antichității, Platon, „dintre toate biruințele, cea dintîi și cea mai de seamă".

Acomodarea cu psihologia examenelor

Concursurile de admitere, sesiunile de examene generează stări psihice individuale și colective puțin obișnuite: explozii de elan și bucurie, ce alternează cu prăbușiri în deznădejde și descurajare, voioșie și încredere acompaniate de încordare, spaimă și anxietate. De aceea, poate că nici o altă probă nu relevă mai pregnant particularitățile individuale ale omului ca examenul. Dar starea candidatului în momen-

tul concursului nu depinde numai de buna sau slaba lui pregătire sau de structura individuală, ci și de climatul psihologic al examenului, de gradul de tensiune și încordare care domnește în sală, de examinator. Însă puțini sînt candidații „picați" la un examen care să nu invoce, ca unică scuză a eșecului lor, subiectivitatea notării. Într-adevăr, notarea la examene și concursuri prezintă un oarecare coeficient de subiectivitate. Pornind de aici, în cadrul psihologiei s-a conturat o nouă disciplină — docimologia (de la grecescul dokime=probă, încercare și logos = știință). Ea se ocupă, așa cum specifică acad. Vasile Pavelcu în lucrarea *Principii de docimologie. Introducere în știința examinării* (Edit. didactică și pedagogică, București, 1968 p.g.), de „studiul sistematic al examenelor, de analiza științifică a modurilor de notare, a variabilității notării la examinatori diferiți și la același examinator, a factorilor subiectivi ai notării precum și a mijloacelor menite să contribuie la asigurarea obiectivității examenului".

Docimologia, veche de mai bine de o jumătate de secol, s-a născut ca urmare a neîncrederii în corectitudinea notării la examenele școlare. (Primele cercetări asupra examenelor și notării în cadrul acestora au fost întreprinse în Franța, din inițiativa renumitului psiholog Henri Piéron (1881—1964), rezultatele fiind publicate în lucrarea *Studii docimologice*, apărută în 1935. Și la noi în țară această disciplină și-a croit drum prin cercetări și studii realizate de Dumitru Muster, I.M. Nestor, Vasile Pavelcu etc.) Treptat, docimologia și-a extins sfera de interes, vizînd evaluarea pe bază de note și calificative la orice fel de concursuri, inclusiv la cele sportive. Totuși examenele școlare, concursurile de admitere în formele superioare de învățămînt rămîn principalul obiect de studiu al docimologiei.

Prof. Henri Laugier și Dagmar Weinberg (Franța) au realizat următorul experiment: o sută de teze de bacalaureat (scoase din arhiva unui liceu) au fost recopiate și distribuite, pe discipline, unor examinatori (în număr de cinci), care aveau sarcina să le corecteze separat și să le noteze de la 0 la 20. Pentru una și aceeași teză s-a înregistrat o diferență, între examinatori, de 12 puncte la filosofie și latină, 13 pentru limba franceză, 9 la matematică și 8 la fizică. În cadrul aceluiași experiment s-a cerut unui profesor universitar să revadă, după trei ani și jumătate, un număr de 37 de teze de admitere în facultate, pe care le notase anterior. Doar la 7 lucrări a coincis nota: la 15 teze s-a acordat un calificativ mai mare, iar la alte 15 o notă mai mică decît prima dată. Un alt experiment a fost montat de doi psihologi iugoslavi, Nicola Rot și Zoran Bujas. Din 100 de lucrări corectate de cinci examinatori au fost alese 15 teze cu calificativul „bine" și date spre notare altor patru profesori. În urma noii aprecieri s-au obținut următoarele rezultate: 20%—mediocru, 17 %— foarte bine și 10% excelent (la restul de 53% s-a menținut aceeași notare).

Așadar, în aprecieri nu există o concordanță deplină nici între examinatori și nici între examinările făcute de aceeași persoană, dar la intervale diferite de timp.

Prof. Laugier și Weinberg au calculat că pentru a se ajunge la un acord evasitotal în notare este nevoie de 30 de examinatori la probele de matematică, 60 la fizică, 127 la filosofie. Or, în prezent se face apel, indiferent de disciplină, doar la doi sau trei examinatori. La probele orale, diferențele de notare sînt și mai largi, subiectivitatea e crescută. Modul de prezentare al candidatului influențează notarea: privirea, dicția, alura generală modifică aprecierea. Este așa-numitul „efect halo", semnalat în 1920 de psihologul american Edward Lee Thorndike (1874—1949): impresiile generale despre o persoană au tendința de a se extinde asupra anumitor trăsături particulare ale acesteia. Astfel, o persoană drăguță este considerată și inteligentă, și bine-crescută etc. Unele experimente efectuate în acest sens au arătat că profesorii își schimbă notarea dacă ascultă oral un elev, față de același răspuns înregistrat la magnetofon, pe un ton neutru.

„Pentru a prezice nota unui candidat, mai bine să-l examinezi pe examinator decît pe candidat" — spunea Henri Piéron, autorul lucrării *Examenele și docimologia* (P.U.F., Paris, 1963). Caracteristicile psihologice ale examinatorului — ecuația sa personală — se reflectă în modul de notare. Unii profesori sînt extrem de scrupuloși: pretind ca elevii sau studenții să știe la fel de bine materia ca și ei, dacă nu chiar mai bine. Pentru aceștia nota zece nu există; nouă și-l rețin pentru ei; în cazuri fericite acordă nota opt. Alți profesori sînt foarte îngăduitori: dacă deschizi gura o dată, ți-ai asigurat nota opt. În fond „știința e lungă și viața scur-

tă — spun ei —, cînd să ai timp să înveți?". Chiar și examinatorii foarte onești în meseria lor introduc în notare un oarecare subiectivism.

O altă sursă a diferențelor în notare — în afara ecuației personale a examinatorului — o constituie diversitatea criteriilor de apreciere. Chiar modul în care definim examenul este diferit. În fond, ce urmărește un examen: verificarea cantității și calității cunoștințelor acumulate sau predicția performanțelor ulterioare? În funcție de imaginea despre examene, profesorul acordă și notele. Unii apreciază rigurozitatea planului, alții ideile originale, corectitudinea exprimării sau frumusețea stilului, bogăția cunoștințelor etc. Pentru unii, consemnarea unui amănunt (data și locul desfășurării unei bătălii, de exemplu) reprezintă o dovadă a bogăției spirituale, în timp ce alți examinatori ignoră un astfel de element.

Așa cum există o ecuație personală a examinatorului, există și o ecuație personală a candidatului: prezența fizică, sonoritatea numelui, performanțele anterioare etc. Elevii, dar mai ales studenții știu foarte bine că nu-i totuna dacă intri la examen printre primii sau la sfîrșit de tot. Există o tendință de a supraevalua primele teze corectate, după cum cei care intră primii la examen sînt mai atent ascultați, lucru cunoscut de fapt. De aceea un coleg de facultate, al cărui nume începea cu „A", spunea înaintea fiecărei sesiuni: de examene: „Vouă ce vă pasă? Pe voi vă compară cu mine. Dar pe mine cu cine mă compară? Cu un ideal!"

Cu toate dereglările produse de subiectivitate, examenele nu sînt o loterie, iar notarea tinde să reflecte, din ce în ce mai exact, cunoștințele și capacitățile candidatului. În acest domeniu psihologia și-a adus o contribuție deloc neglijabilă. Astfel, pentru creșterea obiectivității examenelor tradiționale, s-a propus reducerea diferențelor, în ceea ce privește acordarea calificativelor, dintre cei ce evaluează probele prin „proceduri de moderație". Prin astfel de proceduri — așa cum se arată în articolul *Examenele, o loterie?* semnat de Lea Marcou în revista *Psychologie* nr. 138 din 1981 — li se reamintește examinatorilor că trebuie să utilizeze în întregime scala notelor și să încerce să armonizeze aprecierile și notarea. De asemenea, în vederea armonizării, după lectura unui număr de lucrări luate la întîmplare, se

elaborează recomandări asupra modului de evaluare și de acordare a calificativelor.

O altă soluție de notare preconizată de docimologie constă în alcătuirea baremelor. Nota finală este compusă din mai multe note parțiale. De exemplu, 6 puncte pentru bogăția ideilor, 5 puncte pentru rigurozitatea planului etc. Unii specialiști, cum ar fi Georges Noizet, consideră astfel de note analitice ca fiind mai obiective decît cele tradiționale și apreciază că, prin introducerea baremelor, examenele au cîștigat în obiectivitate.

În sfîrșit, s-a preconizat corectarea automată a probelor la examene prin utilizarea unor chestionare cu mai multe variante de răspuns, din care candidatul alege varianta corectă. Așa de pildă, în Franța, în primii doi ani de studiu în învățămîntul medical se folosesc chestionarele standardizate. Dar și acest procedeu a dat naștere la dispute, dincolo de dificultatea alcătuirii lor.

Cercetarea, în continuare, în domeniul psihologiei examenelor depășește interesul strict pedagogic, știut fiind că reușita într-o formă de învățămînt superioară celei absolvite sau pierderea unui examen poate schimba radical cursul vieții tinerilor. Acomodarea cu psihologia examenelor constituie, fără îndoială, o premisă a succesului.

Drumul spre înalta performanță

La începutul secolului nostru, doi intelectuali din Boston (S.U.A.) — slavistul Léo Wiener, profesor la Universitatea Harvard, și dr. Boris Sidis, psihiatru — au, fiecare, cîte un copil, din care și-au propus să scoată... genii. S-au consacrat găsirii metodelor pentru stimularea intelectuală a copiilor lor. Rezultatele nu s-au lăsat mult timp așteptate. Copiii au obținut performanțe excepționale: Norbert Wiener nu împlinise încă 20 de ani cînd și-a susținut, cu strălucire, teza de doctorat; William James Sidis (tatăl său îl numise astfel ca omagiu adus filosofului William James, atît de cunoscut și prețuit în epocă) a intrat la Universitatea Harvard la vîrsta de 11 ani și a elaborat, ca student, unele teorii personale în domeniul matematicilor superioare.

Norbert Wiener (1894—1964) — așa cum se știe — a devenit unul dintre cei mai mari matematicieni ai secolului nostru, un gînditor profund, cu lucrări valoroase în dome-

niul teoriei probabilităților, teoriei cuantelor, teoriei relativității etc. și cu mari merite în fondarea unei noi științe — cibernetica.

William James Sidis nu a confirmat însă așteptările: după debutul strălucit la o vîrstă cînd alți copii se bucurau din plin de anii copilăriei, și-a irosit viața îndeplinind servicii minore, în locuri de muncă lipsite de interes. Trăind singuratic, W.J. Sidis și-a risipit toată energia colecționînd... tichete de tramvai din întreaga lume.

Iată două moduri diferite de evoluție, deși „startul" a fost luat în același timp și la fel de bine de către amîndoi concurenții.

Ce anume conduce la obținerea unor performanțe superioare, care sînt trăsăturile generale ale copiilor prodigioși, trăsături care permit factorilor educativi predicții despre evoluția unui copil dotat? Cititorul interesat va găsi răspunsuri competente în literatura noastră de specialitate, în mod deosebit în lucrările prof. Tiberiu Bogdan (*Copii excepționali*, în colaborare, Edit. didactică și pedagogică, București, 1970, și *Copiii capabili de performanțe superioare* — Studiu introductiv și selecția textelor — Edit. didactică și pedagogică, București, 1981). În ceea ce ne privește, nu vă propunem decît un scurt tur de orizont asupra problemei și cîteva puncte de reper actuale pe drumul spre înalta performanță.

Datorită cercetărilor de psihologie a dezvoltării — în mod deosebit prin studiile lui David Feldman de la Universitatea Tufts (S.U.A.) — se cunoaște astăzi mai bine universul copiilor prodigioși. Reușita sau eșecul acestora depinde de ceea ce D. Feldman numește „coincidența" factorilor ereditari cu cei educaționali, de mediu.

Genialitatea i-a preocupat dintotdeauna pe psihologi. Francis Galton (1822—1911), unul din pionierii studiilor în acest domeniu — el însuși un „copil minune" (coeficientul lui de inteligență era de 200 de puncte; la 2 ani și jumătate știa să citească, la 4 ani putea să scrie, iar la 5 ani citea la fel de bine în franceză și latină) — , a efectuat numeroase studii în această problemă. În prima sa lucrare, „*Hereditary Genius*", 1869, a alcătuit genealogiile a peste 1 000 de personalități care s-au impus în diferite domenii ale științei, artei, politicii, susținînd că, în mare măsură, genialitatea este ereditară. Lewis Terman (1877—1956), psiholog american a fost preocupat de problemele testării inteligenței — considerată ca factor determinant în reușita profesională —, măsurînd coeficientul de inteligență (C.I.) a mii și mii de persoane. Mai tîrziu, L. Hollingworth a schițat „portretul psihologic" al unor copii cu un C.I. mai mare de 180 de puncte.

La nivelul cunoștințelor de astăzi, acumulate de științele despre om, se poate afirma, fără ezitare, că un scor ridicat obținut la testele de inteligență nu este revelator pentru performanțele excepționale într-un domeniu specific sau, cu alte cuvinte, factorii intelectuali implicați în rezolvarea de probleme în cadrul testelor de inteligență nu sînt relevanți pentru evoluția unei persoane. Astfel, în cercetările lui L. Terman, deși mulți copii investigați, avînd un coeficient de inteligență ridicat, au avut reușite sociale, nici unul nu a creat realmente ceva valoros, ceea ce a permis o primă concluzie, și anume faptul că s-a acordat o importanță prea mare coeficientului de inteligență ca dat înnăscut, ca o caracteristică psihică permanentă, constantă (vezi S. Chelcea, A. Chelcea, *Eu, tu, noi. Viața psihică — ipoteze, certitudini*, Edit. Albatros, București, 1983, pp. 144—152).

Astăzi „voga" testelor și a coeficientului de inteligență a trecut și atenția specialiștilor s-a îndreptat spre alte variabile de care depinde atingerea unor performanțe superioare. Fără îndoială, datul ereditar joacă un rol important în afirmarea într-un domeniu sau altul al cunoașterii. Totuși, acesta nu reprezintă singura variabilă care explică reușita copiilor superior dotați.

În deceniile 2 și 3 ale secolului nostru s-au adus tot mai multe dovezi după care coeficientul de inteligență sau scorurile la testele de inteligență sînt considerabil influențate de diferențele culturale sau de mediu. Treptat, majoritatea psihologilor s-au convins că deși zestrea genetică este cea care stabilește limitele potențialului de creștere intelectuală a unui individ, totuși nivelul de inteligență realmente atins depinde foarte mult de măsura în care împrejurările de mediu stimulează realizarea acestui potențial. Fără un mediu fizic și social adecvat, capacitățile intelectuale sau cognitive ale copilului nu se dezvoltă. Dovezile hotărîtoare în rezolvarea controversei cu privire la raportul ereditate-mediu de la începutul secolului nostru au fost furnizate de cercetările

efectuate pe gemeni. Studiile făcute de Newman, Freeman și Holzinger pe 19 perechi de gemeni crescuți separat au relevat că există o relație directă între mediu și C.I.; cu cît diferențele de mediu familial și școlar ale celor doi membri ai unei perechi de gemeni sînt mai mari, cu atît diferențele de C.I. sînt mai marcate, ajungînd la peste 20 de puncte. Or, la gemeni univitelini crescuți împreună, în aceeași familie, diferența medie este de numai aproximativ 5 puncte. Pe de altă parte, Lorge (1945, S.U.A.) și Husén (1951, Suedia) au arătat că nivelul de școlaritate creează diferențe de pînă la 12 puncte în coeficientul de inteligență la vîrsta adultă, iar Vernon (1957) a găsit că și calitatea școlarității a dat o diferență de cca 12 puncte la coeficientul de inteligență al băieților care au urmat cele mai bune școli, față de cei care au frecventat școlile mai slabe dintr-un mare oraș britanic.

În disputa ereditate-mediu ca factori de succes nu se poate face abstracție de existența „copiilor invulnerabili", numiți de specialiștii din S.U.A. *Superkids* — supercopii (vezi Maya Pines, *Les enfants „incassables"*, în *Psychologie*, 1979, nr. 112). Ei sînt cei care depășesc dificultățile insurmontabile pentru alții, care obțin performanțe remarcabile în condiții de adversitate a mediului de proveniență (părinți alcoolici, retardați mintal, la limita sărăciei, familii dezorganizate ș.a.m.d.). Ca și pentru copiii „supradotați", și pentru cei „suprarezistenți" (la condițiile de viață extraordinar de nefavorabile) se pune problema dacă factorul ereditar este hotărîtor. Dacă nu, care este secretul „copiilor invulnerabili", și, mai ales, cum poate fi stimulată „invulnerabilitatea" lor? Unor astfel de întrebări și-a consacrat activitatea de mai bine de un pătrar de veac dr. E. James Anthony, profesor la Facultatea de Medicină din Washington. Rezultatele cercetărilor sale au evidențiat că 8—10% dintre copiii cu risc (proveniți din familii handicapate din punctul de vedere al sănătății fizice și psihice a părinților și sub raportul condițiilor materiale de trai) nu numai că nu se îmbolnăvesc, dar obțin chiar rezultate excepționale.

Oricît ar părea de neverosimil, secretul „copiilor invulnerabili" — atît cît sînt ei de invulnerabili și cît s-a descifrat pînă în prezent taina lor — constă în reunirea fericită a factorilor înnăscuți cu cei de mediu (în aceeași familie copiii sînt expuși în diferite grade și la diferite tipuri de risc: de exemplu, cu cît un copil se atașează mai puternic de părintele

bolnav mintal, cu atît crește riscul lui de îmbolnăvire). Unul din factorii necesari pentru a deveni „supercopil", în condiții vitrege de existență, și „superdotat", cînd mediul socio-cultural este favorabil, ar putea fi identificat în ceea ce psihologul Erik Erikson numea „confianța fundamentală", adică șansa de a avea în primii doi-trei ani de viață „o bună relație" (afectivitate, contacte psihice frecvente, încurajare și sprijin etc.) cu un adult. E. James Anthony a observat în familiile „copiilor invulnerabili" că handicapul psihic sau fizic al unuia din părinți a determinat, compensatoriu, sporirea dragostei și grijii celuilalt pentru copii. Apoi, situația reală are o valoare foarte subiectivă pentru copii. A locui 7—8 inși într-o cameră poate fi insuportabil pentru adulți, dar nu, totdeauna, și pentru copii; a umbla vara desculț pe asfaltul străzii poate produce copilului mai multă bucurie decît o pereche nou-nouță de pantofi, de care trebuie să aibă grijă să nu-i murdărească etc. Apariția unui obstacol în atingerea scopului, interzicerea satisfacerii chiar a unor trebuințe fundamentale nu generează obligatoriu frustrare, stres. La „copiii invulnerabili" astfel de situații nasc o extraordinară dorință de depășire a adversităților, subiectiv greutățile externe avînd rol de stimulare a activității, satisfăcînd nevoia acestora de a le sfida.

Majoritatea cercetărilor moderne arată că, deși potențialul intelectual depinde într-o mare măsură de zestrea genetică, totuși valorificarea acestuia are loc numai în măsura în care societatea, familia asigură tipul adecvat de mediu de dezvoltare: mulți copii potențial supradotați se vor pierde dacă mediul le inhibă dezvoltarea intelectuală optimă tocmai în anii hotărîtori pentru formarea lor; în același timp, inteligența este considerabil mai scăzută decît în cazul unui mediu adecvat. Tot astfel, dacă un copil manifestă de timpuriu aptitudini deosebite și dacă trăiește într-un mediu cultural care acordă importanță respectivei aptitudini, dezvoltarea ulterioară a acestuia este favorizată. Susținerea din partea familiei este și ea importantă, dar uneori zelul excesiv al părinților în stimularea copiilor superior dotați poate avea efecte contrare. Norbert Wiener aprecia că dezgustul pentru știință manifestat, ca adult, de către W.J. Sidis reprezintă o reacție la presiunile exercitate asupra lui de către părinți în copilărie.

Istoria culturii înregistrează cazuri în care ambiția părintească a slujit afirmării copiilor excepționali. Să ne gîndim la copilul-minune care la cinci ani scria sonate, înainte de a

împlini zece ani termina de compus prima lui simfonie și la vîrsta de doisprezece ani prima operă, care cînta cu aceeași ușurință la clavecin, pian și vioară. Dacă de la vîrsta de trei ani, tatăl său, Leopold, compozitor și violonist, nu l-ar fi pus pe micuțul Wolfgang Amadeus să cînte în sălile de concerte ale palatelor din Salzburg, să o acompanieze pe sora lui mai mare, Maria Anna, poate că celebritatea lui Mozart (1756—1791) nu s-ar fi impus atît de categoric. Cert este că activitatea timpurie a inegalabilului muzician s-a datorat preocupărilor practice ale tatălui de a exploata calitățile extraordinare ale copilului *(vezi* Yehudi Menuhin, Curtis W. Davis, *Muzica omului*, Edit. Muzicală, București, 1984, p. 92).

Deși contribuția familiei și contextul cultural constituie factori importanți pentru obținerea de performanțe superioare fie în domeniul școlar, fie în alte domenii, totuși și anumite caracteristici ale personalității — cum ar fi tenacitatea, capacitatea de autoevaluare și de luare a deciziilor etc. — au rol determinant, subiecții prodigioși făcînd dovada unei puternice personalități. Însă testele de inteligență nu reușesc să evidențieze aceste trăsături și, de aceea, ele nu pot oferi date despre evoluția persoanei testate.

Unele cercetări, de exemplu cea efectuată de Joan Freeman (Anglia), în 1979, pe un eșantion reprezentativ de 4 500 de copii, demonstrează, cu mijloace moderne, că, pe lîngă un C.I. ridicat, copiii cu performanțe superioare se evidențiază prin însușirea cititului mult înaintea covîrstnicilor, că au o capacitate mai mare de a se concentra decît ceilalți copii și o memorie foarte bună, iar în familie beneficiază de exigențe educative sporite.

Unii cercetători *(vezi* Axelle Arnoux, *Attention! Enfants surdoués*, în *Psychologie*, nr. 2, 1983, p. 49—51) sînt de părere că organizarea mintală a copiilor supradotați diferă de a celorlalți: sînt capabili să „absoarbă" cunoștințele fără efort, au memorie instantanee și o extraordinară viteză de asociație de idei și de sinteză a informațiilor, au o uimitoare capacitate de manipulare cu mai multe criterii în același timp și un spirit critic foarte dezvoltat, eliminînd fulgerător ideile parazite. Există supradotați globali, care excelează în toate domeniile, și supradotați polarizați, strălucind doar într-o anumită zonă a cunoașterii, într-un tip special de activitate. Copiii supradotați nu sînt totdeauna precoce și este posibil ca dotarea intelectuală superioară să nu fie remarcată nici de părinți și nici de profesori. Testarea psihologică periodică ar putea releva calitățile excepționale, după cum, intrînd în obișnuință, autotestarea (vezi capitolul *Testează-te singur*), ca joc psihologic, ar ajuta nu numai la cunoașterea de sine, ci și la sporirea performanțelor intelectuale.

Preluînd comparația (creier uman-calculator electronic) făcută de Axelle Arnoux în studiul mai sus citat, vom spune că cel mai important este programul computerului. Adică, pentru obținerea unor performanțe înalte, hotărîtoare sînt metodele de învățare, doza și ritmul de administrare a cunoștințelor.

Deși nu se poate formula o „rețetă" a succesului *(vezi* M. Ralea, T. Herseni, *Sociologia succesului*, Edit. științifică, București, 1962), un lucru este însă cert: îmbinarea fericită dintre mai mulți factori, cum ar fi datul ereditar, mediul social, contextul cultural, anumite trăsături de personalitate, conduce întotdeauna spre o activitate creatoare. C. Rădulescu-Motru remarca sagace că „oamenii cu vocație prezintă o admirabilă potrivire a firii lor la munca pe care societatea o cere de la individ" *(Vocația, factor hotărîtor în cultura popoarelor*, în *Personalismul energetic și alte scrieri*, Edit. Eminescu, București, 1984, p. 656). Important este să știm că, dacă nu toți, cei mai importanți din factorii de succes se află sub controlul omului. Deci, depinde de fiecare dintre noi ca drumul pe care-l urmăm în viață să se transforme în magistrala Wiener sau în înfundătura Sidis.

*

- Uneori este mai incomod să ai memorie foarte bună decît să fii uituc sadea.
- În tren, prin fața ferestrei, nu se perindă munții și văile, ci amintirile.
- Nu curajul, ci imperfecțiunea memoriei ne face să încercăm reeditarea faptelor temerare.
- Memoria efortului și efortul memoriei: în primul caz este redusă dificultatea, în cel de-al doilea, uitarea.
- N-am înțeles niciodată cum vorbesc unii cu ochii închiși, fără să se împiedice în cuvinte.
- Cum, domn'le, n-am cap?! Păi, pe ce îmi pun pălăria?

• Bine, domn'le, mă calci pe picior, mă îmbrînceşti şi nu spui nici măcar pardon?
— Auzi ce pertenţie, să învăţ franceza, că aşa vrea el!

• Şi nu uita, fiule, numai inteligenţa se moşteneşte; prostia o dobîndeşti!

• La tinereţe, timpul nu are preţ; la bătrîneţe e de nepreţuit.

• Lucrul cel mai dăunător moralităţii — minciunile bătrînilor.

• *Filosofie:* pensionarii privesc jocul copiilor.

• Poţi să fii singur în mijlocul mulţimii şi împreună cu întreaga omenire, fiind izolat.

• Sfios, l-am întrebat:
— Sînteţi prost-dispus?!
Mi-a trîntit telefonul. Nu auzise toată întrebarea.

• Există un singur mod demn de a scăpa de problemele care te frămîntă: rezolvîndu-le!

• Autojustificarea, ca şi uitarea, ne scuteşte de a roşi cînd ne uităm în oglindă.

• Cei care refuză să-i evalueze pe ceilalţi după prima impresie nu au încredere în ei înşişi, nu în ceilalţi!

• *Încrederea în sine:* contabilizarea izbînzilor viitoare.

• Plăteşti bucuria reuşitei cu invidia ce ţi-o atragi!

• Nevoia de a avea martori este un semn de slăbiciune.

• A judeca omul — nimic mai uşor! A-l înţelege, infinit mai greu!

• În artă, se ştie, trebuie să exagerezi anumite detalii. La fel şi în viaţa cotidiană: pentru a fi remarcat, trebuie să accentuezi gesturile convenţionale.

• A trăi, temîndu-te să nu ţi se întîmple o nenorocire...
— Păi, mai e nevoie de alta?!

• *Paradox:* să-ţi fie frică de curajul tău...

• *Paralizie:* cînd teama de eşec este mai puternică decît bucuria anticipată a reuşitei.

• *Curaj*
— Ei bine, dacă tovarăşul director spune DA, eu îmi iau cutezanţa de a afirma că NU... încape îndoială!

• — Numai modestia mea desăvîrşită mă opreşte să vă reamintesc aportul meu extraordinar...

• Nu munceşti suficient dacă ai timp să te plîngi de oboseală.

• Vulpea, cînd nu ajunge la struguri, spune că sînt acri pentru că simte gustul eşecului.

• *Simţ social:* a şti cînd să fii prezent, cînd să lipseşti.

• Te înalţi cu adevărat nu cînd urci, ci cînd priveşti înapoi drumul parcurs.

• Cu cît cunoaştem mai profund, cu atît imităm mai mult.

• Imităm modelele de succes nu pentru aplauze, ci pentru a evita blamul.

• Calitatea laptelui nu se judecă după vîrsta vacii.

• Cei ce nu găsesc în jurul lor sfatul înţelept, să-l caute în cărţi!

• *Secretul succesului:* să ştii să pierzi cu demnitate şi să cîştigi cu modestie.

• *Regula performanţei:* puţin ceri, puţin obţii; mult pretinzi — tot atît primeşti!

• *Educaţia permanentă:* a învăţa continuu pentru a te menţine la acelaşi nivel.

• Nimeni nu se alarmează de propria-i naivitate şi nici nu se caută de prostie.

• Dorim atît de mult să fim lăudaţi, încît tocmim recenzenţi ca bocitoarele pe vremuri.

• *Profesorul:* ridică-te la nivelul meu, să-mi fii accesibil!

• *Profesorul examinator:* decît să mă blesteme că n-am fost cinstit, mai bine să mă înjure că am procedat corect!

• Bîlbîiala profesorilor — bucuria elevilor.

• Gîsca nu înţelege cum poate girafa, care are şi ea, totuşi, gîtul subţire, să aibă picioarele atît de lungi...

• *Deznădejde:* după noapte vine zi; după eşec nu urmează succesul, ci, foarte adesea, o nereuşită şi mai mare.

• *Consolare:* fii sigur că nereuşita ta aduce bucurie altuia!

• Nici un talent nu este atît de mare încît să-şi permită disprețul muncii.

Capitolul III

OMUL DE LÎNGĂ TINE

1. FAMILIA ȘI COPIII — UN UNIVERS EMOȚIONAL

Socializarea copiilor

Încă de la naștere, copilul este confruntat cu o multitudine de obiecte eterogene, unele mobile, altele nu, unele care emit sunete constante, altele sunete variabile etc. Cum diferențiază nou-născutul persoanele? Cum își identifică mama? Prin ce procese psihice diferențiază chipul mamei de cel al unei păpuși, de exemplu?

Analiza sistematică a preferințelor vizuale și auditive ale ființei umane în primele ei săptămîni de viață a evidențiat orientarea primară către congeneri. Nou-născutul este atras vizual de tot ce-l înconjoară, în mod particular de obiectele mobile, cu contururi curbilinii, strălucitoare, colorate, cu elemente în relief. Or, așa cum arată R.L. Fantz (1975), chipul uman posedă toate aceste atribute. De asemenea, vocea umană, prin caracteristicile sale sonore (frecvență, intensitate, structură) are capacitatea de a reține atenția, nou-născutului. Se poate spune că ființa umană este „programată" biologic a se orienta către semeni (Th. Gouin Décarie, 1980). Dar în stadiul actual al dezvoltării cercetărilor științifice nu se cunoaște cu exactitate cum se realizează achizițiile perceptive, cognitive și socio-afective care-i permit nou-născutului să-și identifice părinții și să decodifice expresia fizionomiei lor.

De mult timp, percepția celorlalți a reprezentat un domeniu de cercetare rezervat în exclusivitate psihologiei sociale. Recent, către această problemă s-a orientat și psihologia genetică, pe plan mondial înregistrîndu-se o adevărată explozie de cercetări privind percepția vizuală și auditivă la nou-născut, momentul în care are loc diferențierea figurilor

umane, a mamei în special. Unii cercetători plasează începutul acestui proces în primele luni de viață, chiar în primele două săptămîni (G.C. Carpenter, 1970). Totuși, pînă în prezent, cercetările nu sînt suficient de concludente, discriminarea vizuală neputînd fi constatată cu precizie înaintea vîrstei de trei luni. Desigur, dificultățile de datare cu rigurozitate a capacității de discriminare perceptivă la nou-născut se datorează și metodologici utilizate. Există însă numeroși cercetători care situează apariția capacității de diferențiere a chipului mamei de al altor persoane la vîrsta de 12—20 de săptămîni (H.D. Fitzgerald, 1968; J.L. Laroche, 1976).

Cercetări mai noi, cum sînt cele efectuate de G.M. Olson în 1981, stabilesc că discriminarea perceptivă mamă-persoană străină este sigură doar la vîrsta de 5 luni. Și L.R. Sherrod (1979) constatase inexistența acestei discriminări la copiii mai mici de 5 luni.

În plan auditiv, discriminarea mamă-persoană străină a fost mai intens studiată decît în plan vizual. S-a stabilit că vocea mamei declanșează, ca răspuns, un surîs al copilului cel mai devreme la 5 săptămîni de la naștere. În plan olfactiv A. MacFarlane (1977) a demonstrat că, la 10 zile de la naștere, copilul este capabil să întoarcă fața spre biberonul impregnat cu lapte matern, ceea ce probează existența capacității de discriminare olfactivă a nou-născutului.

În ultimele decenii, o serie de cercetători (W. Condon și L. Sander, 1974; D. Stern, 1977) au pus în evidență caracterul foarte organizat al comportamentului nou-născutului în relație cu ființele umane (cu mama îndeosebi). S-a ajuns la concluzia că există un mod particular de interacțiune a copilului mic cu congenerii și răspunsuri specifice față de incitațiile obiectelor zice din mediul înconjurător. Așa cum au relevat cercetările lui T.B. Brazelton (1974) și ale lui C. Travorthen (1980), chiar din primele săptămîni de viață copiii diferențiază ființele umane de obiectele fizice. Alți specialiști (P.R. Zelazo, M. Komer, 1971) sînt de părere că reacțiile copilului de vîrstă foarte mică sînt identice, fie că este vorba despre o situație socială sau nu. Ei consideră că «ar fi imprudent să se evoce o predispoziție înnăscută de a surîde la „obiectele sociale"».

Implicațiile teoretice ale problemei existenței a două tipuri de răspunsuri diferențiate la incitațiile „obiectelor sociale"

și nesociale sînt deosebit de importante. Acceptarea acestui punct de vedere echivalează cu recunoașterea programării genetice a nou-născutului de a surîde și a emite sunete în prezența unui partener uman. Fără îndoială, există o organizare înnăscută a răspunsurilor la incitațiile „obiectelor sociale", însă nu trebuie limitat comportamentul nou-născutului la ceea ce este programat genetic, făcîndu-se abstracție de interacțiunea adult-copil, de importanța fenomenelor de învățare socială.

O serie de experimente, realizate de Thérèse Gouin Décarie și Marcelle Ricard, de la Universitatea din Montréal (Canada) și relatate de revista *La Recherche* (nr. 139, din 1982), au relevat, la copiii în vîrstă de 9—10 luni, în principal, trei modalități de acțiune cu „obiectele sociale": unii păstrau distanța față de persoana străină; alții se îndreptau către ea, fără a stabili un contact fizic cu aceasta; în fine, copiii dintr-o altă categorie, la fel de numeroasă ca și primele două, se apropiau de persoana străină necunoscută, atingînd-o cu mîinile (fig. 26). Față de obiectele nesociale, comportamentul copiilor prezenta un grad mai mare de omogenitate: cei incluși în experiment se apropriau de jucăria atractivă (o broască țestoasă din material plastic, frumos realizată și viu colorată). Nu s-a înregistrat decît un singur caz de refuz din partea unui copil de a se apropia de jucărie. Rezultatele acestui experiment arată că există atît similitudini, cît și diferențe în interacțiunea nou-născutului cu congenerii și cu obiectele din mediul lui de viață.

Cercetătorii care au realizat aceste experimente sînt de părere că trebuie continuat și aprofundat studiul socializării la copilul mic, interacțiunea acestuia cu adulții înaintea apariției limbajului. Descifrarea deplină a mecanismelor psihologice ale socializării copiilor echivalează cu rezolvarea problemei privind raportul dintre ereditate și mediu, teren de confruntare a concepțiilor idealiste cu orientarea materialist-dialectică și istorică.

În ceea ce privește formarea noțiunii de „identitate a obiectului", psihologii au încercat să surprindă la copiii mici capacitatea de discriminare a obiectelor, adică procesele prin care copilul ajunge să înțeleagă faptul că un obiect, chiar dacă

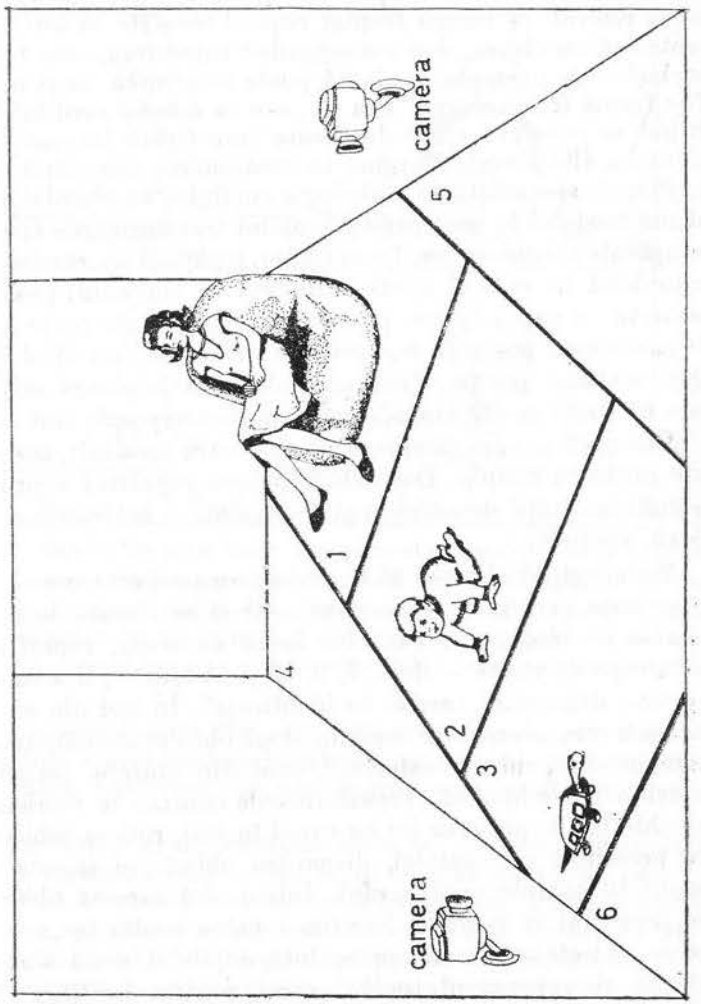


Fig. 26 Schemă experimentală pentru studierea socializării copilului

suferă anumite transformări, rămîne identic cu el însuși. Or, așa cum arăta psihologul elvețian Jean Piaget, însăși noțiunea de „obiect" se elaborează progresiv, în cursul perioadei senzorio-motorii (de la naștere pînă la 20 de luni, în medie). În studiile sale asupra copiilor de la 3 la 8 ani, J. Piaget a relevat că numai treptat copilul reușește să înțeleagă faptul că un obiect, deși s-a schimbat întrucîtva, este totuși același — de exemplu, o plantă poate să crească, să-și modifice forma fără a deveni alta —, sau că aceeași cantitate de lichid se conservă chiar dacă este transferată într-un recipient cu altă formă. Mergînd în continuarea cercetărilor lui J. Piaget, specialiștii în psihologia copilului au abordat problema modului în care percepe copilul transformările spațio-temporale ale obiectelor. De exemplu, o păpușă nu rămîne neschimbată în mediul spațio-temporal al copilului: poate fi întoarsă cu capul în jos, poate fi privită dintr-o parte etc.; de asemenea, poate fi deplasată dintr-un loc într-altul fără să-și schimbe poziția. Ceea ce trebuie să înțeleagă copilul este că toate aceste transformări spațio-temporale sînt accidentale și că păpușa rămîne aceeași. Pentru un adult, aceasta este un lucru simplu. Dar achiziționarea cognitivă a principiului identității de către copil reprezintă o activitate complexă, stadială.

Psihologii Wishart și M.K. Moore au proiectat o serie de experiențe pentru a vedea cum apar și se fixează la copil regulile de identitate. Unui lot de 60 de copii, repartizați în 5 grupe de vîrste — de 5, 7, 9, 12 și 15 luni —, li s-au dat 6 probe, denumite „sarcini de identitate". În trei din aceste sarcini li erau prezentate copilului două obiecte asemănătoare. Experimentatorul „transforma" unul din obiecte, lăsîndu-l pe celălalt neschimbat. Transformările constau în reorientarea obiectului (plasarea lui cu capul în jos), rotirea (obiectul era prezentat cu spatele), dispariția obiectului (acesta era ascuns în spatele unui ecran). Într-o altă sarcină obiectul era prezentat în mișcare. Sarcina a patra consta în „substituirea obiectelor": erau prezentate copilului două obiecte diferite și experimentatorul inversa poziția lor (fig. 27). Sarcinile a cincea și a șasea constau din dispariția completă a obiectelor aflate în mișcare: în sarcina a cincea un automobil dispărea în spatele unui ecran, reapărea și dispărea din nou în spatele altui ecran, fiind înlocuit cu un autocamion; în fine, în sarcina a șasea automobilul dispărea în spatele unui ecran, apărînd un autocamion, fără să se mai prezinte mișcarea automobilului (fig. 28). Fiecare din cele șase sarcini constituia o problemă de identitate, necesitînd recunoașterea obiectului, indiferent de modificările spațio-temporale survenite.

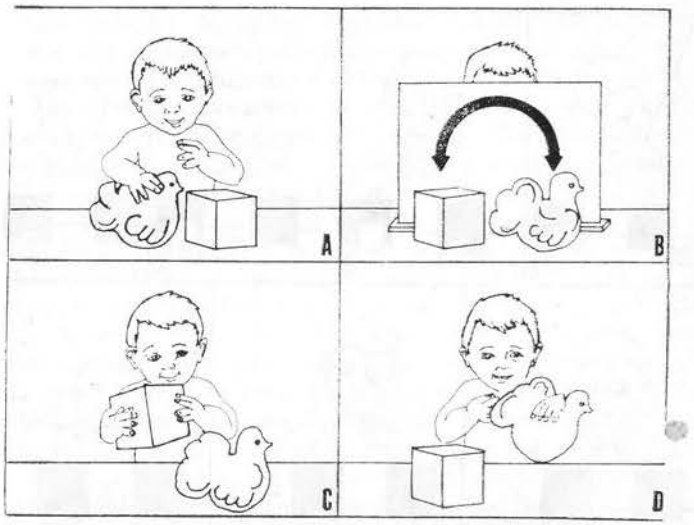


Fig. 27. Sarcina de substituire: sînt prezentate copilului două obiecte diferite, acesta fiind interesat doar de unul din ele (a); apoi, în spatele unui ecran, se schimbă poziția obiectelor (b). Copilul răspunde prin apucarea obiectului plasat în locul celui care-l interesa (c), fie prin descoperirea obiectului care i-a atras atenția de la începutul experimentului.

Rezultatele experimentelor arată că, progresiv, la copilul mic se formează criterii din ce în ce mai complexe, care îi permit să identifice obiectele ce-l înconjoară. Primele reguli sînt pur spațiale și se rezumă la ceea ce este vizibil. Identitatea obiectului se stabilește după poziția sa, cînd acesta staționează, sau după traiectorie, cînd se află în mișcare. Astfel, pentru copilul de 5 luni este suficient ca un obiect să fie pus în mișcare pentru ca acesta „să-și piardă identitatea", să fie

luat drept altceva. La vîrsta de 7 luni apare o altă regulă, numită figurativă, copilul recunoscînd obiectele după constanța trăsăturilor și forma lor. Aceste două reguli se fixează, formînd un complex spațio-figurativ pentru identificarea

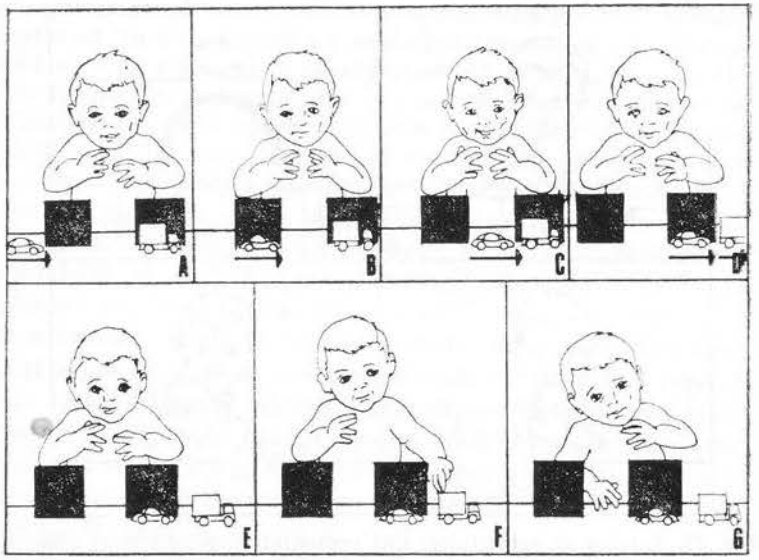


Fig. 28. Substituirea unui obiect în mișcare: copilul privește un automobil-jucărie (A), care dispare în spatele unui ecran (B), apărînd puțin mai tîrziu (C) și dispărînd din nou în spatele altui ecran, de unde apare un autocamion care se deplasează cu aceeași viteză și în aceeași direcție cu automobilul (D). În funcție de vîrstă, copiii continuă să privească cel de-al doilea obiect (E); se miră de apariția noului obiect (F) sau se interesează mai puțin de noul obiect decît de dispariția primului (G).

obiectelor după poziție, traiectorie și formă. Însă această coordonare necesită timp pentru a se fixa, putînd apărea conflicte între regulile poziție-traiectorie și cea figurativă.

Copiii de 7 luni, spre deosebire de cei de 5 luni, s-au arătat surprinși că din spatele ecranului apare un alt obiect decît cel a cărui traiectorie o urmăreau. Ei au continuat totuși să privească deplasarea celui de-al doilea obiect, ceea ce înseamnă că au adoptat o conduită conform regulii spațiale, achiziționată mai de timpuriu, neglijînd regula figurativă, însușită mai

recent. La vîrsta de 9 luni, eludarea conflictului se produce mai ușor, copiii înțelegînd că primul obiect dispărut în spatele ecranului a devenit invizibil, fapt ce confirmă achiziția regulii spațio-figurative.

Trecînd peste unele diferențe dintre cercetările experimentale privind însușirea regulilor spațio-figurative, specialiștii din domeniul psihologiei genetice sînt de acord că acest proces de identificare a obiectelor se realizează eșalonat, în toată perioada senzorio-motorie. Rămîne însă de verificat — consideră Thérèse Gouin Décarie și Marcelle Ricard — în ce măsură aceste reguli de achiziție a identității sînt aceleași pentru obiecte și pentru persoanele umane. J. Piaget consideră că ar exista o diferență în timp între însușirea noțiunii de permanență a persoanei umane și de permanență a obiectelor fizice. Observațiile psihologului elvețian au fost confirmate de cercetările experimentale efectuate de S.M. Bell, 1970, M.E. Lamb, 1973 etc. Acest fenomen a fost interpretat ca un exemplu de decalaj, de „ecart temporal" în achiziția proceselor cognitive. Deși s-au emis numeroase ipoteze explicative, invocîndu-se factorii de atașament, de motivație, de familiaritate, pînă în prezent nu s-a reușit elucidarea într-o manieră satisfăcătoare, a decalajului postulat în urmă cu mai mult de 40 de ani de către J. Piaget în lucrarea sa fundamentală *Construcția realului la copil.*

Viața intimă a cuplurilor familiale

Știința contemporană abordează fenomene pînă nu demult tabu. Între acestea, viața intimă a cuplurilor familiale a devenit obiect de cercetare atît al medicinii, cît și al sociologiei și psihologiei. Relațiile sexuale — ca realitate fiziologică — nu pot fi separate de afectivitate — dimensiunea lor psihică —, nici de rolurile sociale de bărbat sau de femeie, de normele culturale care guvernează comportamentul uman.

În societățile moderne, diviziunea rolurilor în familie s-a schimbat. Comportamentul femeilor în relațiile intime din familie a înregistrat modificări importante. La fel, imaginea soților despre soțiile lor, despre femeie în general. Emanciparea față de interdicțiile religioase și abandonarea preceptelor moralei creștine marchează nu numai un mod de eliberare a omului, ci și depășirea unor confuzii legate de

„servituțile spiritualității" ce plasau „dragostea fizică" în zona culpabilității.

Într-un interviu publicat de revista *Psychologie* (nr. 142 din 1981), președintele Societății mondiale de sexologie, dr. Gilbert Tordjman, sublinia influența contextului sociocultural care își pune amprenta asupra vieții intime a cuplurilor familiale. Din punct de vedere psihologic, o serie de disfuncționalități în relațiile dintre soț și soție se datorează „angoasei de performanță", care pune în cauză sentimentul de virilitate al bărbaților. Subordonîndu-se „mitului virilității", bărbații se simt încă obligați să-și controleze procesele fiziologice ce intervin în relațiile sexuale, încecînd să-și păstreze mereu disponibilitatea pentru astfel de relații. Conform tradiției, bărbații erau aceia care trebuiau să aibă inițiativa raporturilor sexuale; ei își asumau obligația de a conduce partenera către orgasm. Ipoteza subiacentă respectivului comportament asocia bărbatului atributul agresivității și femeii rolul de „victimă pasivă".

Evoluția socioculturală tinde să acorde partenerilor roluri sociale egale, păstrîndu-se diferențele specifice. Vechile modele comportamentale ale cuplurilor familiale nu mai au nici o justificare, deși, în virtutea inerției, ele se mai păstrează încă. Partenerii urmăresc în viața intimă de familie obținerea plăcerii ce și-o pot oferi unul altuia, fiind, pe rînd, cu inițiativă, tandri și activi etc. Totuși sînt numeroase cazurile — de cele mai multe ori păstrate în secret — de insatisfacție în relațiile sexuale dintre soți. Unul sau altul dintre parteneri își pierde capacitatea de a răspunde impulsurilor celuilalt. Dorința de a face dragoste — apreciază dr. Gilbert Tordjman — reprezintă un sentiment ce poate fi perfect delimitat de situațiile externe și de factorii fiziologici. Acest sentiment, atît la femeie, cît și la bărbat apare în anumite condiții de intimitate, de tandrețe reciprocă. Presiunea unuia asupra celuilalt sau autoimpunerea acestui sentiment nu duce decît la rezultate dezastruoase.

Ca și mitul virilității, în viața intimă a cuplurilor se mai întîlnesc și alte mentalități nefondate. Specialiștii în terapia familiei vorbesc de un alt mit ce postulează — firește, total eronat — că, în relațiile lor tandre, bărbații, contrar femeilor, nu ar avea nevoie de nici o stimulare din partea partenerelor. Or, climatul de intimitate, preludiul actului sexual servesc, deopotrivă, bărbatului, ca și femeii.

În planul afectivității, reflex al unui mod de gîndire depășit, se exercită constrîngerea ca bărbații să nu-și manifeste (sau cel puțin să nu trădeze) trăirile emoționale, sentimentele; tandrețea, dragostea, angoasele, depresia, stările colerice sau plăcerea. Consecințele depășesc sfera psihicului, materializîndu-se în tulburări somatice (ulcer, hipertensiune etc.). Mitul virilității impune un mod de gîndire artificial, eliminînd empatia — simțirea și trăirea sentimentelor celuilalt — din relațiile bărbat-femeie. Cînd nu este doar un clișeu, virilitatea nu elimină sensibilitatea, ci, dimpotrivă, o presupune.

Vechea imagine despre rolul bărbatului, rol caracterizat prin violență, forță, autoritarism, gustul aventurii etc., nu mai corespunde prezentului. Războiul sexelor s-a terminat. În relațiile dintre parteneri nu există inferiori și superiori. Statutul egal al femeii cu bărbatul impune denunțarea miturilor din relațiile conjugale intime. Persistența mitului virilității plasează femeia într-un rol complementar. Dar numai o personalitate masculină deficitară acceptă ca parteneră o femeie ștearsă, fără personalitate bine conturată.

Dacă la bărbați dificultățile vieții intime se concentrează în jurul angoasei de performanță, la femei — opinează dr. Gilbert Tordjman — tulburările din sfera relațiilor sexuale se organizează în jurul „dificultății de a accepta plăcerea". Se regăsesc încă în comportamentul femeilor secolului al XX-lea elemente de gîndire medievală, tributară dogmei religioase a păcatului originar. Demnitatea omului nu este legată, însă, de ascеză. Credințele religioase au impus, secole de-a rîndul, un mod de viață depărtat de natura umană, ridicînd abstinența femeii la rangul de valoare socială, făcîndu-se abstracție de faptul că această abstinență poate ascunde un viciu sau genera tulburări psihice. „Ortodoxia sexuală" (refuzul plăcerii, sacralizarea virginității prenupțiale) a adus mai multă suferință omenirii decît a protejat-o.

În zilele noastre, cunoașterea științifică a problemelor vieții în doi, înlăturînd vechile mituri, credințe și dogme, poate ajuta la echilibrarea sau reechilibrarea relațiilor cuplurilor familiale.

Așa cum remarca Hélène Brunschwig, terapia familială reprezintă o adevărată revoluție în teorie și practică, pentru că, în loc de a studia individul și de a încerca să se analizeze problemele lui personale, sînt observate relațiile dintre membrii familiei, intervenindu-se pentru schimbarea acestora.

În teoria și practica „însănătoșirii relațiilor familiale", deși domeniul de cercetare științifică s-a constituit relativ recent, se conturează deja trei direcții principale: „școala comunicațională", „orientarea structuralistă" și „psihodinamică". Fiecare dintre aceste curente existente în terapia familială are o bază teoretică mai mult sau mai puțin coerentă și un sistem propriu de intervenție clinică.

Școala comunicațională pune accentul pe intercomunicarea membrilor familiei. Terapeutul încearcă să restabilească buna comunicare între soț și soție, între părinți și copii. Observarea directă a felului cum conversează între ei părinții, fratele cu sora, fiica sau fiul cu tatăl sau cu mama etc., precum și analiza benzilor video permit descifrarea interacțiunilor în familie. Hélène Brunschwig, psiholog cu formație specială în domeniul terapiei familiale, atrage atenția asupra semnificației elementelor nonverbale în procesul comunicării. Gesturile, mimica poziția corporală exprimă mai bine decît cuvintele tensiunea relațiilor conjugale. Există mai multe feluri de a spune „nu" și „da". De asemenea, sînt nenumărate modalitățile de a intra în discuție sau de a întrerupe o conversație. De exemplu, cînd părinții vorbesc, dacă intervin copiii cu întrebări, cel mai adesea o fac pentru a atrage atenția asupra lor. Admonestîndu-i, nu obținem decît o deturnare a dorinței lor de a-și face remarcată prezența.

Multe din disfuncționalitățile cuplurilor se datorează incapacității de a transmite partenerului sau partenerei gîndurile cele mai intime, de a răspunde și, mai ales, de a-l asculta pe celălalt.

Orientarea structuralistă, inițiată de Salvator Minuchin, se fondează pe studiul familiei ca unitate socială. Fiecare membru al familiei are o anumită poziție și un rol determinat în această structură. Relațiile din cadrul ei nu pot și nu trebuie să fie haotice. Modul cum se raportează un membru al familiei la altul urmează normele socioculturale întîlnite în tradiții și obiceiuri. O dată cu evoluția societății, se schimbă și normele de comportament.

Ultimul curent din terapia familiei, cel psihodinamic, reprezentat de specialiști recunoscuți, precum J. Bloch, Helm Stierlin, Boszormenyl-Nagy ș.a. se interesează de cauzele vechilor conflicte, de factorii care generează anumite probleme, precum și de simptomele ce însoțesc dezechilibrul vieții de familie.

Psihologul practician în terapia familială încearcă să descopere originea sentimentelor de culpabilitate — acolo unde există — atît la bărbat, cît și la femeie.

Activtatea lui nu se rezumă la aceasta. Asistența psihoterapeutică familială — conform modelului elaborat de Iolanda Mitrofan și Nicolae Mitrofan (vezi *Un model posibil și necesar de psihodiagnoză, psihagogie și psihosocioterapie a familiei*, în *Psihologia în România*, Academia de Științe Sociale și Politice, București, 1984, p. 95—97) — cuprinde: asistența premaritală (educația, psihodiagnoza și consilierea cu caracter premarital), asistența conjugală și familială (psihodiagnoza și terapia conjugală), asistența psihoterapeutic-recuperatorie postmaritală (în cazurile de divorț și celelalte pentru reorientarea profamilială).

Apreciem, împreună cu cei doi psihologi mai sus citați, că cercetarea și terapia familiei ar trebui să-i preocupe într-o mai mare măsură pe specialiști (medici, sociologi, psihologi, pedagogi, juriști, antropologi etc.). De asemenea, publicațiile noastre ar putea rezerva un spațiu mai larg problemelor familiei.

Informarea partenerilor cuplurilor familiale, ca și a tinerilor ce urmează să-și întemeieze o familie în legătură cu credințele și dogmele ce mai persistă în viața intimă a cuplurilor are consecințe dintre cele mai pozitive. Totodată, conștientizarea unui sentiment dă naștere altuia nou, schimbă comportamentul, creează premisele reechilibrării relațiilor interumane.

•

- *Copilul*
  — Fii cuminte! Stai locului! Nu te mai juca!
  — De ce nu mă lăsați să spun ce vîrstă am?
- — Este un copil rău!
  — N-am înțeles, ați spus că nu și-a găsit încă un profesor bun?
- Dacă ar cunoaște copiii toate metehnele părinților, mulți s-ar desmoșteni.
- Bucuria și necazul nu sînt chiar atît de îndepărtate. Băiatul meu îmi spunea: „Tată, te-am scăpat de o bucurie!"

• *Echivalență*
— Îmi datorezi tot ceea ce ești!
— Îți reproșez ceea ce nu sînt.

• Cea dintîi datorie a omului: a respira!

• În orice bloc de marmură se află o statuie; în orice copil — un Om.

• Copiii imită ceea ce e rău și învață ceea ce e bun. Părinții nu au scuză: ei sînt profesori!

• Cine nu imită în copilărie nu devine original niciodată!

• *Efect:* cînd bați copilul ca să învețe, el învață... cum să se facă ascultat.

• *Autoînjosire:* a-ți umili copiii, certîndu-i cu cuvinte grele în fața celorlalți.

• *Succes educațional:* nu compensarea defectelor, ci transformarea lor în calități.

• Dacă pentru școlari guma e mama proștilor, minicalculatorul e tatăl lor.

• Orice părinte este astronom: își vede copilul o stea!

• Cînd băieții se uită prea mult în oglindă, devin fleți frumoși!

• A încetat să studieze prea devreme; chiar înainte de a începe!

• Doi pici se sfădeau:
— Ai creion cu gumă?
— Am.
— Dar pix cu culori?
— Da, am!
— Mamă vitregă ai?
— N-am, mărturisi cu ciudă, printre lacrimi, prichindelul...

• Într-o prietenie, cel care întinde primul mîna este mai generos decît celălalt, chiar dacă acesta oferă aur.

• *Evoluție:* lada de zestre a devenit LADA ca zestre!

• În tramvai. Soția pe scaun. Soțul, în picioare, cu două sacoșe voluminoase în mîini:
— Dragule, dă-mi ce ai mai greu!
— De ce vrei să-mi iei viața?!

• În familie: dacă nu ne distrăm, măcar să ne veselim și noi!

• Cînd nu-i mergea bine, avea obiceiul să spună: „Luam-ar dracu să mă ia!" Pînă într-o zi cînd s-a căsătorit...

• Dragul meu, am constatat că tu ești mai puțin dezordonat decît Beethoven...

2. UMBRE ȘI PENUMBRE ÎN VIAȚA PSIHICĂ

Comportamentul deviant și etiologia lui

Prin devianță sau comportament deviant se înțelege, cel mai adesea, distanțarea semnificativă a individului sau a unor grupuri umane de la normele de conduită și de la valorile sociale acceptate într-un spațiu cultural determinat, într-o anumită societate. Devianța are conținutul cel mai larg, incluzînd atît comportamente atipice tolerate de societate (de exemplu, abaterile de la linia modei), cît și actele de conduită de mare periculozitate, prin care se încalcă valorile și normele fundamentale ale societății (de exemplu omuciderile, furtul din avutul obștesc ș.a.m.d.).

Abaterea de la normele și valorile sociale nu exprimă numai o discordanță negativă. Distanțarea semnificativă, pe linia progresului social, față de sistemul normelor și valorilor specifice unor societăți conservatoare, reacționare, se subsumează tot termenului de „devianță socială", dar are un sens pozitiv (de exemplu, un ateu într-o țară cu o religie oficială declarată este considerat deviant).

Delincvența constituie acea categorie a comportamentelor deviante caracterizată prin periculozitate deosebită, săvîrșită cu discernămînt și pentru care sînt prevăzute sancțiuni în codul penal. Delincvența exprimă un comportament antisocial și intră sub incidența justiției. Din punct de vedere psihosociologic trebuie să remarcăm faptul că delincvența reprezintă doar epilogul raporturilor dintre individ și societate.

O subspecie a delincvenței este reprezentată de *delincvența juvenilă (vezi* Vasile Preda, *Profilaxia delincvenței și reintegrarea socială*, București, Edit. științifică și enciclo-

pedică, 1981), adică de acele acte delictuoase comise de minori (în vîrstă de 15—16 pînă la 18 ani, vîrsta majoratului).

De-a lungul timpului, s-a încercat explicarea cauzală a comportamentelor deviante în diferite moduri, punîndu-se în lumină fie factorii anatomo-fiziologici, fie cei psihici sau sociali, fie interacțiunea acestora. Sintetizînd punctele de vedere referitoare la nivelurile și tipurile de teorii ale devianței, vom face distincție între *teoriile bioantropologice*, *psihologice* și *sociologice (vezi* Albert Cohen, *La déviance*, Duculot, Paris, 1971).

Între *teoriile bioantropologice*, teoria „criminalului înnăscut și a ereditații criminale", elaborată de medicul italian Cesare Lombroso a dominat începuturile criminologiei. Referitor la concepția acestuia, am făcut cîteva remarci cînd am discutat despre eșecul încercărilor de cunoaștere a caracterului după figura omului (vezi p. 87). Se impune în acest context să arătăm că Lombroso a putut efectua diferite măsurători antropologice ale craniilor criminalilor aflați în închisoare, inclusiv disecția craniilor. Revelația „criminalului înnăscut" a avut-o studiind craniul vestitului criminal Villela, cînd a descoperit la acesta o anumită formațiune cerebrală (o fosă median-occipitală) întîlnită la animalele inferioare, dar dispărută la om. Pe baza acestui caz s-a tras concluzia că „omul criminal" reprezintă o ființă atavică, ce reproduce în personalitatea sa instinctele primitive, animalice. Identificarea criminalilor — susține Cesare Lombroso — poate fi făcută după „stigmatele" anatomice: maxilarele masive, pomeții obrajilor puternic ieșiți în afară, arcadele supraorbitale proeminente, o anumită configurație a liniilor palmei, supradimensionarea orbitelor, urechile clăpăuge. Fără a exclude și influența altori factori, Cesare Lombroso considera că factorii organici și caracterul impulsiv congenital rămîn cauzele principale ale criminalității.

Teoria „criminalului înnăscut" a fost sever criticată încă din primii ani ai secolului nostru. Studiile lui Charles Goring (1913), efectuate pe mari eșantioane de clienți ai penitenciarelor din Marea Britanie comparativ cu grupe de control (persoane non-delincvente), au arătat că nu există din punct de vedere anatomic un tip criminal distinct, iar „stigmatele" lombrosiene se regăsesc atît la infractori, cît și la non-infractori. În planul observației empirice, eroarea lui C. Lombroso constă în studiul unui număr de cazuri nesemnificativ statistic, iar în plan teoretic legătura directă fizic-psihic s-a dovedit a fi greșită.

Respingerea teoriei lui C. Lombroso nu a însemnat abandonarea definitivă a tezelor unilaterale ale determinării biologice a criminalității. Ernest A. Hooton, în deceniul al patrulea al secolului nostru, susținea că diferitele tipuri de delincvenți se diferențiază din punct de vedere antropometric, că, în general, ei sînt degenerați moral, intelectual, morfologic și genetic. Inferioritatea biologică — principala cauză a criminalității, după criminalistul american amintit — s-ar evidenția (întocmai ca la Lombroso) printr-o serie de stigmate: talie scundă, greutate corporală scăzută, craniu de dimensiuni reduse, urechi deformate.

Așa cum remarca Albert Cohen, în ciuda efortului de a studia comparativ 14 000 de delincvenți și 3 000 de non-delincvenți, cercetarea lui Ernest A. Hooton a eșuat datorită unei metodologii greșite, îndeosebi erori de eșantionare și incompatibilitatea grupelor de control.

În forme mai subtile, determinismul biologic al comportamentelor deviante reapare în unele ipoteze și chiar teze moderne privind substanțele neuromediatoare din creier și agresivitatea, influența sistemului endocrin asupra comportamentului etc.

Din punctul nostru de vedere, teoriile bioantropologice ale criminalității sînt, în esența lor, speculative, fac abstracție de factorii macrosociali criminogeni și se fondează pe cercetări insuficient elaborate teoretico-metodologic, cu evidente erori statistice. Respingerea teoriilor bioantropologice nu înseamnă neacceptarea intervenției factorilor anatomo-fiziologici în cauzalitatea complexă a comportamentelor deviante. Constituția corporală, particularitățile sistemului nervos central, funcțiile glandelor endocrine explică, într-o anumită măsură, reacțiile comportamentale și, printr-o conexiune larg mediată, comportamentele deviante. Dar, așa cum remarca J. Selosse (1976), „în pofida existenței unor semne certe biologice asociate cu delincvența, nici un practician nu o consideră drept o maladie a cărei etiologie ar fi de natură esențial biologică" (*vezi* Tiberiu Bogdan, Ioan Sîntea, Rodica Drăgan-Cornianu, *Comportamentul uman în procesul judiciar*, București, 1983, p. 72).

Teoriile psihologice pun accentul în explicarea comportamentului deviant pe *structura personalității* (valori, scopuri,

interese, temperament, trebuințe, instincte), subliniind rolul afectivității în criminogeneză și caracterul preponderent învățat al devianței. Din categoria teoriilor psihologice fac parte și încercările de explicare a devianței, relevîndu-se situația concretă, circumstanțele externe care provoacă sau facilitează comportamentele antisociale (tentațiile, ocaziile ce se ivesc, stresul extrem, exemplele negative etc.). Aceste teorii atrag atenția asupra tipului de „deviant accidental" (întîmplător), fără trăsături de personalitate modificate, „normal" din punct de vedere psihic, care „răspunde normal la situațiile anormale" (Albert Cohen, 1971).

Fără îndoială că cele două perspective (accentul pus pe personalitate și pe rolul situației provocatoare) trebuie reunite, deoarece devianța rezultă din interacțiunea personalitate/situație. Așa-numitele „teorii ale conjuncției" evidențiază combinarea variabilelor pesonalității și situației care generează comportamente deviante.

În literatura de specialitate din domeniul psihologiei judiciare s-au acumulat suficiente date de cercetare care atestă că „delicventul nu este/deci/un altfel de om, ci un om altfel educat, adică altfel condiționat, fără a ține seama de condiționalitatea lui, care se prezintă ca o personalitate deformată — am putea spune caricatural formată — ceea ce îi permite comiterea unor acțiuni atipice cu caracter antisocial sau disocial" (Tiberiu Bogdan, *Probleme de psihologie judiciară*, București, Edit. științifică, 1973, p.71).

Cercetarea personalității infractorilor (în special a celor recidiviști) a arătat că există o serie de factori și constelații de factori care diferențiază delincvenții de nedelincvenți. Caracteristica fundamentală a personalității infractorilor din obișnuință, relevată de majoritatea cercetătorilor, este *egocentrismul*, adică incapacitatea de a lua în considerație interesele, gîndurile și sentimentele altora. Cele mai multe comportamente deviante sînt asociate cu o gîndire egocentrică. Egocentricul nu acceptă decît cu greu dezaprobarea din partea celorlalți și este puternic stimulat de aprobarea grupului din care face parte. De aici tendința de a *„merge cu banda"*.

Imaturitatea intelectuală, obiectivată în incapacitatea de a judeca rațional raportul dintre pierderi și cîștiguri în comiterea infracțiunii, imaturitatea afectivă exteriorizată

prin indiferența și labilitatea afectivă, agresivitatea sporită și frustrarea marcată caracterizează — după opinia celor mai mulți cercetători — personalitatea infractorilor.

În afara trăsăturilor de personalitate amintite, caracteristice majorității delincvenților recidiviști, de la caz la caz — așa cum remarca Giacomo Canapa (1970) — pot apărea în prim plan și alte trăsături și structuri de personalitate: impulsivitate, scepticism, tendințe de opoziție, perceperea deformată a realității (cei din jur sînt dușmani, totul se bazează pe „baftă" sau „ghinion"), indecizie și incertitudine, greșită evaluare a propriei personalități ș.a.m.d..

Referindu-se la personalitatea infractorului, specialiștii sovietici apreciază că „deosebirea calitativă între persoana infractorului și a neinfractorului nu este determinată de anumite însușiri (de exemplu, un nivel scăzut de cultură, limitarea intereselor, atitudine neconștiincioasă față de muncă, alcoolism etc.). Nu toți infractorii au aceste caracteristici și uneori ele sînt specifice și neinfractorilor. Este importantă totalitatea lor" (V.N. Kudreavțev, S.M. Mincovski, A.B. Saharov, *Persoana infractorului*, Edit. Literatura juridică, Moscova, 1975, p.32, trad.rom.). Personalitatea infractorului trebuie deci văzută ca sistem de caracteristici general umane și de trăsături specifice care îi individualizează pe infractori. De asemenea, trebuie precizat, în acord cu specialiștii anterior citați, că nu există trăsături de personalitate care determină fatal comiterea unor acte deviante a infracțiunilor. Astfel de comportamente apar ca rezultat al interacțiunii complexe dintre personalitate și împrejurările concrete de viață (situație).

Agresivitatea și violența caracterizează cele mai multe comportamente deviante, majoritatea actelor infracționale. Agresivitatea, „formă de comportament ofensiv al individului, care se consumă în plan acțional sau verbal, constituind reacția sa la o opoziție, reală sau imaginară, din partea celorlalți" (Ana Tucicov-Bogdan, *Agresivitatea*, în: *Dicționar de psihologie socială*, București, Edit. științifică și enciclopedică, 1981, p.19), are la om manifestări extrem de variate: de la actele de violență (apelul la forță, cruzime, distructivitate) pînă la formele mai mult sau mai puțin camuflate, derulate în plan simbolic (scrisori și telefoane de amenințare, anonime, insulte etc.).

Natura biologică sau culturală, înnăscută sau învățată a comportamentelor agresive constituie și în prezent obiectul unor controverse științifice (vezi Ranschburg Jenö, *Frică, supărare, agresivitate*, București, Edit. didactică și pedagogică, 1979). În susținerea tezei caracterului înnăscut al agresivității sînt invocate cercetările etologului Konrad Lorenz, laureat, în 1973, al Premiului Nobel pentru fiziologie și medicină, care consideră că *instinctul de agresiune*, chiar intraspecie, are în principal funcții pozitive: împiedică epuizarea hranei din teritoriu, menține ordinea ierarhică și, prin selecție naturală, conservă proprietățile vitale ale speciei (vezi *Der sogenannte Böse — Zur Naturgeschichte der Aggresion*, 1963). Deși Konrad Lorenz nu a extrapolat la om toate funcțiile agresivității, totuși, în concepția sa, omul — care nu este rău de la natură — nu este nici atît de bun pentru a corespunde cerințelor vieții sociale moderne. Instinctul de luptă s-ar manifesta la toate animalele superioare, iar agresivitatea ar fi o fatalitate. „Eu sînt convins — scria Konrad Lorenz în cuvîntul introductiv la lucrarea lui Friedrich Hacker, *Agression. Violence dans le monde moderne*" (Paris, Calmann-Levy, 1972, p.11) — că agresivitatea este un resort al comportamentului animal și uman tot atît de vital și tot atît de independent ca și foamea, frica și sexualitatea". Se ajunge astfel la concluzia: toți se luptă cu toți, lupta are un caracter permanent în natură și în societate, concluzie care amintește de concepția reacționară a lui Thomas Hobbes (1588—1679) despre om „lup față de alt om" (*homo homini lupus*) și despre „starea naturală" (de dinaintea apariției statului) a oamenilor: „războiul tuturor împotriva tuturor" (*bellum omnium contra omnes*).

De cealaltă parte, cei care susțin teza caracterului achiziționat, dobîndit, învățat al agresivității fac trimitere la studiile de psihosociologie, în special la psihosociologia imitației (*vezi* Pavel Mureșan, *Ce este imitația?*, București, Edit. științifică și enciclopedică, 1980). Din multitudinea experimentelor care probează rolul învățării observaționale (al imitației) în însușirea și aplicarea comportamentului agresiv, reproducem într-o formă prescurtată unul din studiile lui Albert Bandura și colab.: trei grupuri de copii preșcolari au vizionat un film în care un adult comitea acte agresive asupra unei păpuși de hîrtie. Sfîrșitul filmului era diferit: o dată se încheia cu lăudarea și recompensarea persoanei

agresive, altă dată cu pedepsirea ei și, în fine, în al treilea caz, agresivitatea nu era nici recompensată, nici reprimată.

După vizionarea filmului, grupurile de copii au fost lăsate să se joace în camere speciale, unde se aflau aceleași jucării ca în film. Cercetătorii au observat că membrii grupului care au vizionat filmul cu finalul în care se recompensează agresivitatea au imitat mai mult modelul agresiv decît ceilalți. Cînd s-a promis recompensă pentru imitarea modelului, copiii au imitat tot ce au văzut în film, indiferent de sfîrșitul lui (A. Bandura, D.Ross, S. Ross, *Imitation of Film-Mediated Aggressive Models*, 1963). Rezultă de aici că agresivitatea se dobîndește prin învățare socială și că un rol important în comiterea actelor deviante îl au mijloacele de comunicare în masă. Criminalitatea crescută din țările capitaliste se datorează și influenței nefaste a mass-mediei. În acest sens, statisticile sînt concludente: în R.F. Germania săptămînal sînt prezentate la televiziune, în medie, 80 de omoruri, în Japonia, zilnic, 40 de omucideri, iar în S.U.A. 10 crime pe oră.

Explicațiile biologizante, ca și cele psihologizante ale agresivității suferă prin unilateralitatea lor. „La originea fenomenului de agresiune — remarca Friedrich Hacker în lucrarea amintită anterior — se întîlnește jocul reciproc al factorilor eredității, influențele psihologice și culturale, structura sistemului nervos central, de asemenea, mecanismele hormonale și modelele sociale" (p.93).

Frustrarea și declanșarea agresivității: apariția neașteptată a unui obstacol real sau imaginar în calea atingerii scopului, acțiunilor umane dă naștere unor acte haotice, nestructurate, ineficiente, ca urmare a suspendării pentru moment a controlului cortical și a surescitării subcorticale (emoția de mînie). Această stare de tensiune emoțională acompaniată de modificări neurovegetative (creșterea tensiunii arteriale, accelerarea pulsului, ridicarea nivelului de glucoză și adrenalină în sînge etc.), numită *frustrare*, generează la cei mai mulți indivizi comportamentate agresive.

Teoria frustrare-agresivitate, lansată în anul 1939 de N.E. Miller, J. Dollard și L.W Doob, explică în unele cazuri declanșarea agresivității. Dar nu toate stările de frustrare generează agresivitate. Tiberiu Bogdan sintetizează astfel situațiile în care frustrarea generează agresivitate: *1)* cînd actul frustrant poate fi atribuit unei persoane rău-voitoare;

2) cînd cultura sau subcultura în care s-a socializat individul impune un răspuns agresiv; *3)* dacă situația frustrantă se datorează unei persoane considerate ostile; *4)* dacă respectiva situație are o mare forță de incitație. Frustrarea nu provoacă agresivitate la persoanele astfel socializate, cărora orice comportament agresiv le repugnă, ca și la persoanele care au învățat să orienteze energia psihică produsă de starea de frustrare în direcția unor acțiuni social-dezirabile.

Făcînd distincția între *starea de frustare* (reacție momentană) și *sentimentul de frustrare* (tensiune psihică de lungă durată) și fără a absolutiza legătura frustrare-agresivitate, trebuie să recunoaștem că la originea unor comportamente deviante se află, într-adevăr, reacțiile emoționale produse de frustrare.

Caracterul preponderent învățat (achiziționat) al comportamentelor deviante: a vorbi despre caracterul preponderent achiziționat al comportamentelor deviante înseamnă a sublinia rolul mediului natural și social în producerea actelor atipice. Modificarea comportamentului (învățarea) are, în principal, un caracter social.

În prezent, toate modelele explicative ale comportamentelor deviante (ca și ale comportamentelor normale) iau în considerație atît situația (factorii de mediu), cît și personalitatea. Stimulii din mediul înconjurător nu acționează nemijlocit, ci prin intermediul personalității, care, la rîndul ei, se formează sub influența culturii, a societății.

Prezentăm, în continuare, cîteva modele explicative ale comportamentelor deviante:

Modelul propus de D. Abrahamsen (1960): $C = \frac{T+S}{R}$

unde C = crima; T = tendințele criminale înnăscute; S = situația concretă; R = rezistența față de tentații.

Modelul imaginat de J. Selosse (1972): $C.D. = F\left(\frac{R}{S+T}\right)$,

unde $C.D.$ = comportament deviant; F = funcțiune; R = rezistența la tentații; S = situația concretă; T = tendințele criminale înnăscute.

Modelul lui W. Gutjahr (1974): R = f (S, P, I), unde R = reacția comportamentală; f = funcție; S = situația de mediu; P = personalitate; I = factori întîmplători, imprevizibili.

Modelul elaborat de Karl-Dieter Opp (1979): K = f(M,N), unde K = crima; f = funcție; M = mediu (ocaziile întîlnite); N = normele de comportament însușite în cadrul subculturii criminale.

În toate aceste modele recunoaștem interacțiunea dintre mediu și personalitate.

Legea efectului (formulată în 1930 de psihologul E.L. Thorndike) ne ajută să înțelegem comportamentele umane. Prin tot ceea ce face, omul încearcă să obțină satisfacții și să evite insatisfacțiile. Învățarea umană — conform legii amintite — este determinată de efectul la care ajunge subiectul prin învățare. Dacă efectul produce plăcere, comportamentul este învățat (repetat de individ); dacă, dimpotrivă, efectul este neplăcut atunci repetarea respectivului comportament este evitată. De ce se comit atunci și chiar se repetă actele antisociale, cu toate interdicțiile și amenințările, cu sancțiuni dintre cele mai grave mergînd pînă la pedeapsa capitală?

Legea secvenței temporale (stabilită în 1950 de O.H. Mowrer) arată că atunci cînd un comportament are urmări pozitive și negative echiprobabile, dar diferit plasate în timp, acțiunea va fi determinată de consecința cea mai apropiată în timp. În cazul infracțiunilor, efectul imediat produce satisfacție (consumul de băuturi, eliberarea de tensiune etc.); neplăcerea (privarea de libertate, amenda etc.) este mai îndepărtată în timp. Conform teoriei lui O.H. Mowrer, infractorul comite actul antisocial pentru că sancțiunea negativă este mai îndepărtată în timp decît gratificația. La aceasta se mai adaugă și credința infractorilor că nu vor fi identificați. Incertitudinea efectelor negative îndepărtate face ca recompensa imediată să fie și mai stimulatoare (L.A. Zadeh, 1973). Dacă lucrurile stau așa, aplicarea imediată a sancțiunilor negative constituie cea mai bună modalitate de prevenire a recidivei, de combatere a infracționalității.

Dintre teoriile sociologice, *teoria anomiei* este cea mai veche și, în același timp, cea mai bine structurată. Ne vom limita la prezentarea ei pe scurt.

Prin *anomie* (gr. a „fără" și nomos „lege") se înțelege starea de dezorganizare a societății, caracterizată prin lipsa regulilor morale și juridice sau prin existența unor multiple și adînci contradicții și conflicte între normele sociale, ceea ce face imposibilă orientarea acțiunii umane și integrarea individului în colectivitate. În literatura engleză, termenul anomie

este semnalat încă din 1591. În teologie, în secolul al XVII-lea, prin anomie se înțelegea disprețuirea „poruncilor divine". Sociologul francez *Émile Durkheim* (1858—1917) introduce termenul de anomie în analiza sociologică. În lucrarea *De la division du travail social* (1893), É. Durkheim utilizează termenul de anomie pentru a desemna patologia socială generată de lipsa de reguli morale și juridice care să organizeze viața economică. Prin dezvoltarea diviziunii sociale a muncii — consideră É. Durkheim — se trece de la solidaritatea mecanică, tradițională, la solidaritatea organică, în care indivizii sînt dependenți unii de alții datorită caracterului parcelar al muncii lor. În același timp, existența unui număr mare de roluri sociale dă naștere unei diferențieri puternice a indivizilor. Societatea modernă capitalistă este prinsă în contradicția dintre cooperare și competiție, dintre solidaritate și conflict. Starea de anomie reprezintă o ruptură a solidarității; instituțiile mediatoare (familia, biserica, corporațiile) nu mai pot asigura integrarea individului în colectiviate, datorită individualizării scopurilor. Într-o lucrare ulterioară, *Le Suicide* (1897), É. Durkheim accentuează un alt aspect al anomiei, și anume interiorizarea de către individ a normelor sociale. Anomia este de această dată pusă în legătură cu dorințele și trebuințele nelimitate ale oamenilor, pe care societatea le poate satisface doar în mod limitat. După É. Durkheim, indivizii disciplinați, cu o construcție morală sănătoasă, care recunosc autoritatea colectivă, simt că cerințele lor nu trebuie să se ridice peste un anumit nivel. Dar în societățile industriale schimbările sînt rapide și crizele modifică normele sociale, astfel încît individul nu mai are norme clare. Sinuciderea anomică, ce se deosebește de celelalte două tipuri de sinucideri (egoistă și altruistă), este expresia crizei valorilor și normelor într-o societate instabilă.

În sociologia structuralist-funcționalistă contemporană termenul de anomie, desemnînd starea societății caracterizată prin absența unor norme clare referitoare la mijloacele instituțional acceptate pentru atingerea unor scopuri specifice, a fost utilizat de R.K. Merton în analiza devianței în societatea americană (*Social Conformity, Deviation and Opportunity-Structures*, 1959). Bogăția, în societatea americană, reprezintă scopul, valoarea centrală și simbolul succesului. Mijloacele pentru atingerea acestui scop nu sînt însă clar

stabilite de către societate. O astfel de stare este determinată de R.K. Merton prin termenul de anomie. Contribuția lui Merton la teoria anomiei și devianței constă în elaborarea unei tipologii a modurilor de adaptare individuală și în analiza principalelor tipuri de adaptare individuală (*vezi* Ion Iordăchel, *Teorii sociologice contemporane*, București, Academia „Ștefan Gheorghiu", 1970).

Influențe interpersonale nefaste: victimologia

Relațiile interpersonale nu se materializează totdeauna în performanțe individuale sau colective superioare; influențele reciproce dintre oameni nu au, fără excepție, rezultate benefice: dezvoltarea armonioasă a personalității, sporirea capacității de evaluare și autoevaluare, întrajutorarea umană etc. Există și influențe nefaste: de exemplu, influența victimei asupra infractorului. Victimologia — domeniu de cercetare conex criminologiei — studiază tocmai astfel de influențe.

Cînd o femeie își poartă, seara tîrziu, fusta strîmtă și mersul legănat prin fața unui cămin de muncitori nefamiliști, cînd posesorul unui autoturism își lasă automobilul cu lucruri de preț în el (casetofon, aparat foto, haină de piele etc.) și portiera deschisă, în fine, cînd chilipirgiul este escrocat nimeni nu mai compătimește victima. „Anii de aur" ai victimei au trecut de mult — apreciază profesorul Stephen Schafer de la Northwestern University (S.U.A.). Dacă în Evul Mediu victima rămînea în centrul atenției și repararea daunelor constituia principalul scop justițiar, cu timpul s-a produs un adevărat declin, societatea fiind mai degrabă interesată să pedepsească infractorul decît să compenseze suferința victimei. În zilele noastre însă a renăscut interesul pentru înțelegerea situației victimei în raport cu infractorul, evidențiindu-se rolul pe care aceasta îl are în comiterea delictului. Hans von Hentig (1887—1974) a fost primul care, după cel de-al doilea război mondial, a atras atenția asupra necesității studierii relației dintre făptuitorul unei crime și victima sa (*The Criminal and His Victim. Studies in the Sociobiology of Crime*, New Haven, 1948). El a sugerat că victima însăși constituie una din multiplele cauze ale crimei. Cu alte cuvinte, victima produce crima! Evident, o astfel de poziție nu poate fi decît criticată, dar ipoteza lui Hentig merită re-

ținută, cu atît mai mult cu cît, în majoritatea cazurilor, între victimă și făptaș există o relație anterioară, o interacțiune psihică. În unele cazuri, cît ar părea de absurd, nu cel ce suferă agresiunea, ci criminalul însuși este victimizat.

Deși nu a avut pretenția de a fi inițiat o nouă disciplină științifică, i se recunoaște lui Hans von Hentig rolul de pionier al victimologiei. Termenul ca atare l-a creat Beniamin Mendelsohn, care, în studiul său *The Victimology*, publicat în *Études internationales de psycho-sociologie criminelle* (iulie-septembrie, 1956, pp. 25—26), propune crearea unei noi discipline biopsihosociale, cu scopul de a studia „complexul criminogen" — totalitatea factorilor implicați într-un delict.

În concepția lui Beniamin Mendelsohn, noua disciplină științifică ar reprezenta „reversul criminologiei": corespunzător „criminalității" se vorbește despre „victimalitate" și se introduce noțiunea de „potențial al receptivității victimale", ca „aptitudine" a individului de a fi victimizat.

Chiar dacă ideile lui Beniamin Mendelsohn nu au prins în totalitate viață — el recomandă, între altele, înființarea unui Institut internațional de victimologie și crearea unei Societăți internaționale de victimologie —, victimologia a fost recunoscută ca o nouă direcție de studiu, în septembrie 1973 organizîndu-se, din inițiativa prof. Stephen Schafer, primul Simpozion internațional de victimologie. Totodată, în cadrul Societății Internaționale de Criminologie s-a format un departament de victimologie.

A studia nu numai infractorul, dar și victima și, cu atît mai mult, a studia relația dintre cei doi factori ai crimei constituie, fără îndoială, o cerință impusă de logica lucrurilor. Sub acest aspect, victimologia, în scurta ei existență ca disciplină (orientare) relativ autonomă, a adus contribuții deloc neglijabile la înțelegerea complexă a comportamentului deviant, furnizînd elemente de predicție a delincvenței și sugestii valoroase pentru combaterea infracționalității. Totuși, teoretizarea aptitudinii înnăscute de a deveni victimă — așa cum arăta prof. Tiberiu Bogdan, reputat specialist în psihologie judiciară — rămîne o speculație sterilă, care eludează caracterul criminogen al societății capitaliste fondată pe grave inegalități sociale.

Privită ca factor în criminogeneză, relația dintre victimă și infractor deschide noi perspective de studiu. În criminologie se urmărește stabilirea tipologiei infracționalității, în timp ce în victimologie tipologizarea persoanelor care au fost vătămate constituie preocuparea centrală. Hans von Hentig, utilizînd criterii psihologice, sociologice și biologice, fără vreun control statistic, presupune existența unui număr de treisprezece categorii (tinerii, femeile, bătrînii, debilii mintali, imigranții, populația minoritară, prostănacii, persoanele deprimate, hrăpărețe, desfrînate, însingurate, cei ce torturează, în fine, cei ce se apără cu curaj).

Tipologia lui Hentig reflectă, fără îndoială, insecuritatea unor categorii de populație trăind într-o societate capitalistă alienată. Într-o societate criminogenă, cum este cea bazată pe exploatare, tinerii devin cel mai frecvent ținta infractorilor, nu atît datorită imposibilității lor fizice de a se apăra, cît mai ales ca o consecință a imaturității sociale și a rezistenței morale scăzute. Lipsa locurilor de muncă pentru tineri și asaltul la care aceștia trebuie să reziste (tentația drogului, curiozitatea vieții sexuale etc.) fac din tineri — așa cum analizează Hentig situația din țările capitaliste — victime ușoare. La fel femeile, care sînt prezentate ca victime datorită slăbiciunii lor, au un grad ridicat de victimalitate — infracțiunea de viol adesea este urmată de asasinat, iar atacarea femeilor care lucrează în comerț mînuind bani constituie o infracțiune foarte frecventă în statisticile criminalității occidentale. După Hans von Hentig, persoanele în vîrstă, prin slăbiciunea lor fizică și prin diminuarea vigilenței, reprezintă „victima ideală" a infracțiunilor de furt și jaf. La rîndul lor, debilii mintali — în clasificarea lui Hentig — formează o clasă de potențiale și actuale victime. În această categorie se includ toate persoanele cu tulburări mintale, psihopații și alcoolicii. Ei devin ușor victime într-un larg evantai de infracțiuni.

Trecînd de la criteriul biologic la cel social, Hans von Hentig se referă la gradul înalt de victimalitate prezentat de imigranți și de populația minoritară din țările dezvoltate industrial. Contactul dificil cu o altă cultură și, mai ales, rarefierea relațiilor interpersonale adaugă situației de imigrant „șansa" sporită de a fi victimizat.

Profesorul Stephen Schafer — autoritate indiscutabilă în materie de victimologie, după lucrarea căruia *(Victimology. The Victim and His Criminal*, Publishing Company, Reston, Virginia, 1977) prezentăm încercările mai vechi și mai noi de tipologizare a victimelor — apreciază că „dincolo

de dificultățile lingvistice și culturale, adeseori imigranții suferă de pe urma sărăciei, a tulburărilor afective și a respingerii lor de către anumite grupuri de populație din țările în care s-au stabilizat" (p. 39). Aceeași situație o au și persoanele din grupurile minoritare, pe care prejudecățile rasiale îi împing în postura de victimă. În schema de clasificare a lui Hentig, criteriul psihologic operează diferențieri interesante, în măsură să explice unele aspecte ale relației victimă-infractor. Prostănacii, ca și depresivii, caracterizați prin apatie și submisivitate, avînd o scăzută rezistență fizică și mintală, alcătuiesc primul tip de victimă psihologică. La aceștia se adaugă persoanele cu tare caracteriale, ahtiate după lux și îmbogățire rapidă, cei ce duc o viață de desfrîu etc. Anumite trăsături de personalitate măresc, așadar, vulnerabilitatea individului, oferind agresorului — mai general, infractorului — un teren de acțiune facil. Fără îndoială că o persoană neglijentă, distrată, „se oferă cu generozitate" delincvenților. În astfel de cazuri nu se poate spune că victima nu-și are partea ei de vinovăție în comiterea delictului. Cei ce-și uită cheile în broasca de la ușă, grăbindu-se la un meci de fotbal, își au o anumită responsabilitate în producerea infracțiunii: în fond, ei i-au „invitat" pe hoți în casă. Exemplele ar putea continua, dar ideea lui Hans von Hentig ni se pare suficient de transparentă: victima nu trebuie dezimplicată în producerea actelor de încălcare a legilor și normelor de conviețuire socială. Ultimele două categorii de victime din schema lui Hentig prezintă un interes particular, referindu-se la cei ce — de exemplu — își terorizează familia și ajung în cele din urmă victime ale violenței soției sau propriilor lor copii. De asemenea, categoria persoanelor ce se apără cu curaj înfruntînd agresorul, fără a face apel la intervenția forțelor de ordine, ilustrează un mod nereprezentativ și, de altfel, discutabil de victimizare.

Ca și clasificarea propusă de Hans von Hentig. tipologia victimelor făcută de Beniamin Mendelsohn se fondează pe ideea că victima contribuie într-un grad sau altul la producerea infracțiunii, că ea influențează infractorul, postulînd o „corelație de culpabilitate între victimă și delincvent". Astfel, Mendelsohn face distincție între victimele „complet inocente" (copiii, de exemplu), „cu vinovăție minoră" (de pildă, persoanele ignorante), „victimele vinovate" (numite și „victime voluntare" — sinucigașii), „în mare măsură vinovate" (victime provocatoare și victime imprudente), „foarte vinovate" (sau singure vinovate de a fi devenit victime) și, în fine, „victimele simulante" (sau victime imaginare, cum ar fi paranoicii, persoanele isterice, senile, copiii cu tulburări mintale etc.).

De la primele încercări de tipologizare a victimelor pînă la stadiul actual de dezvoltare și aprofundare a cunoașterii relației dintre persoanele implicate într-un delict, s-a înregistrat un efort continuu de epurare a speculațiilor și de apropiere de concret. Concomitent, s-au schimbat și opțiunile teoretice. În prezent, relația victimă-infractor este analizată prin prisma „responsabilității victimei", concept introdus de Stephen Schafer (1968), care stă la baza următoarei tipologii: • victime incidentale, fără nici o relație anterioară cu infractorul (casierul unui magazin, printr-o pură întîmplare, cade el victimă atacului banditesc și nu omologul lui, din magazinul alăturat); • victime provocatoare (persoanele care au acționat cîndva împotriva infractorului și a intereselor lui); • victime precipitante, care prin comportamentul lor instigă infractorul; • victime biologic deficitare, prin constituția lor fizică sau slăbiciunea mintală (copiii, femeile, alienații mintali și alții); • victime social deficitare (de exemplu, imigranții, minoritățile etnice, persoanele marginale); • victime autovictimizate (cum ar fi: alcoolicii, cei ce se drogheză etc.); • victime politice, cei ce se opun regimurilor antipopulare...

Dincolo de specificitatea situației sociale din lumea capitalistă ce o reflectă, tipologiile prezentate ilustrează un tip. de relații interpersonale în care influențele sînt nefaste, la fel ca și consecințele lor, aruncînd întuneric în viața psihică

Agresiunea alcoolismului

Alcoolismul, căruia în lume îi cad victimă anual sute de mii de persoane fie direct, fie indirect, favorizînd și agravînd anumite maladii, reprezintă una din cele trei mari probleme cu care se confruntă medicina, statistic situîndu-se înaintea maladiilor cardiovasculare și cancerului. Accidentele rutiere datorate consumului de alcool la volan nu sînt nici ele puține. Pe de altă parte, malformațiile copiilor proveniți din părinți alcoolici fac și mai sumbru flagelul intoxicației etilice. La

toate acestea se adaugă faptul că alcoolismul se asociază cu delincvența, cu mizeria materială și morală. În țările occidentale, alcoolismul se împletește cu drogurile, făcînd victime în special din rîndul tineretului.

Dar ce este un alcoolic? Cînd se poate spune despre cineva că a devenit alcoolic? Care sînt caracteristicile medicale și psihologice ale acestui tip de toxicomanie? Răspunsurile, evidențiate de cercetările psihiatrice și psihologice întreprinse de-a lungul vremii, au fost sintetizate de dr. Jacqueline Renaud (vezi *Science et vie*, nr. 801 din 1984).

Dependența față de băuturile alcoolice se manifestă prin: trebuința imperioasă de a consuma zilnic alcool, în mai multe reprize, disimularea consumului, incapacitatea de a se abține; dorința irezistibilă de a consuma alcool, alături de tendința vădită de a crește doza obișnuită; sporirea cantității de alcool necesare pentru a obține același efect, adică dispariția sau diminuarea tensiunii provocate de trebuința de a bea. Neprocurarea dozei de alcool duce la agresivitate, stare depresivă etc.; apare dependența fizică și psihică.

Abuzul de băuturi alcoolice este consecința directă a toleranței la drog (alcool), ce se instalează rapid cînd individul forțează doza. Din punct de vedere social, toleranța la băuturile alcoolice generează serioase probleme sociale: scăderea randamentului în muncă, absenteism, certuri în familie, violență, scandaluri publice etc.

Tentativele de a renunța brusc la consumul regulat de alcool induc efecte fiziologice neplăcute — spasm pupilar, tremurături generalizate, transpirație, roșeața tegumentelor, greață, vomă, creșterea ritmului cardiac (tahicardie) și a presiunii arteriale (hipertensiune) etc. Pot apărea, de asemenea, crize de convulsie, pierderea conștiinței, agitație de tip epileptic, creșterea temperaturii corporale (hipertermie), halucinații. Acest tablou clinic a fost numit de către cercetători „creierul alcoolic". După cîțiva ani de intoxicație etilică, la autopsie „creierul alcoolic" este, în ansamblu, atrofiat. Examenul microscopic relevă leziuni în special la nivelul hipocampului, în zona limbică, al cărei rol determinant în viața afectivă și în conduita instinctivă de bază (alimentație, sex etc.), precum și în procesele de memorie a fost de mult stabilit. De asemenea, prin microscopia electronică s-a evidențiat că neuronii din zonele lezate au dendritele mai puțin ramificate și evasiatrofiate, ceea ce explică de ce „cîmpul sinaptic" al creierului alcoolic este mai restrîns, reducîndu-se posibilitatea contactelor interneuronale, ceea ce face ca funcția de receptare a informațiilor să scadă. Atrofia dendritelor explică și instabilitatea emoțională, variația marcată a stărilor emoționale (trecerea bruscă, fără motiv, de la rîs la plîns, la violență sau totală pasivitate).

Experimente efectuate pe animale, cărora li s-a administrat timp îndelungat alcool, au evidențiat aceleași leziuni cerebrale ca și la om. În plus, s-a constatat că intoxicația etilică agravează efectele unui traumatism cranian sau al măduvei spinării, animalele „alcoolizate" fiind mai greu recuperate după astfel de accidente. Această constatare explică de ce unele persoane care au suferit un traumatism cranian (cu pierdere de substanță cerebrală) sau un accident cerebral (hemoragie) se refac rapid, iar altele foarte greu sau deloc.

De ce și cum se ajunge la alcoolism? Răspunsul nu este simplu. Au încercat să-l formuleze medici, psihologi, sociologi etc. Unii cercetători susțin că există o „predispoziție psihologică" pentru băutură. Această supoziție se bazează pe faptul că mulți alcoolici prezintă trăsături de personalitate asemănătoare, manifestate încă înainte de intoxicarea etilică (de exemplu, depresie psihică, sentimentul ratării). De asemenea, mulți alcoolici se caracterizează prin tendințe paranoice, agresivitate, lipsa autocontrolului. Alți specialiști apreciază că ar exista un fel de „predispoziție biologică", înnăscută pentru alcoolism, datorată „echipamentului enzimatic". Acestei ipoteze i s-a acordat în ultima vreme o atenție mai mare, și iată de ce: în cele mai multe situații, celulele hepatice fabrică enzimele care transformă imediat alcoolul ingerat în substanțe fără nocivitate pentru sistemul nervos. În cazuri foarte rare, celulele hepatice nu produc deloc astfel de enzime. Indivizii avînd această deficiență, practic, nu au voie să se atingă de băuturile alcoolice. Sînt mai frecvente însă cazurile de producere în cantități insuficiente a acestor enzime: o mică doză de alcool determină un sindrom alcoolic caracteristic, ducînd la instalarea rapidă a toleranței. Așadar, ar exista o „inegalitate naturală" a oamenilor față de alcool. Pentru cei al căror ficat fabrică enzime în cantități normale, consumul de alcool nu ar avea urmări imediate și vizibile. Pentru cei însă al căror ficat secretă enzime în cantități mai mici, evitarea alcoolului este mai dificilă.

În vederea aprofundării și confirmării acestor date s-a imaginat următoarea experiență: cîțiva șoareci (care, în mod normal, ca de altfel toate animalele, au o aversiune spontană față de alcool) au fost supuși unei diete hidrice. Apoi li s-a permis timp de 20 de zile să consume doar apă cu 10% alcool. După această perioadă au fost lăsați să aleagă între apa obișnuită și apa alcoolizată. Unii șoareci au continuat exclusiv cu apa alcoolizată și după cîteva săptămîni au murit. Ceilalți au consumat alternativ apă și apă alcoolizată, aceasta din urmă în cantități progresiv crescute. Deci consumul de alcool cere consum sporit de băuturi etilice, toleranța față de alcool generînd abuzul.

În ceea ce privește cauzele alcoolismului, date statistice arată că aproximativ 50% dintre cei ce abuzează de băuturi alcoolice au tatăl alcoolic și 30% un frate sau o soră alcoolici. Alte statistici relevă că descendenții unui alcoolic au șanse de patru ori mai mari de a deveni ei înșiși alcoolici, în comparație cu media populației. Pe de altă parte, în studiile făcute de gemeni monozigoți (proveniți din aceeași celulă embrională), chiar în cazurile de separare, încă de la naștere, și adoptați de familii diferite, se constată aceeași atitudine față de consumul de alcool, indiferent de modelul educativ din noua familie. Vîrsta la care începe abuzul de alcool corespunde obișnuinței familiei din care provin gemenii și nu a familiilor adoptive. Într-un număr semnificativ de cazuri — aproximativ 70% — s-a observat că în familiile în care există un alcoolic, cel puțin o persoană suferă de depresie organică (maladie caracterizată prin accese periodice, fără cauze aparente, diferită de depresia psihică prin faptul că aceasta din urmă apare consecutiv unei emoții puternice, a unui conflict sau a unei situații penibile, care, o dată depășite, duce la dispariția stării maladive). Se știe însă că depresia organică, formă particulară a psihozei maniaco-depresive, este de origine genetică, ereditară. Mecanismele acestei maladii indică o anomalie genetică, ce alterează funcțiile neurotransmițătorilor — acele substanțe care transmit influxul nervos de la un neuron la altul. Cercetări privind mecanismul neurotransmiterii au fost făcute și pe alcoolici. Pe baza datelor statistice (coincidența alcoolismului și a depresiei organice în aceeași familie, în fiecare generație) și a cercetărilor asupra anomaliilor din mecanismul transmiterii influxului nervos s-a formulat ipoteza existenței unei gene a alcoolismului.

Așa cum se precizează în articolul *Alcoolismul — o greșeală a enzimelor și poate a genelor*, semnat de dr. Jacqueline Renaud, publicat în revista amintită, ne aflăm doar în fața unor date „preliminare" ale studiilor întreprinse la Institutul Salk (S.U.A.), unul dintre cele mai importante centre de cercetări, care și-a dobîndit renumele mondial datorită preparării unor vaccinuri, între altele și cel antipoliomielitic.

În cadrul acestui institut există un centru de cercetare a alcoolismului, specializat în studiul repercusiunilor alcoolului asupra sistemului nervos. Sub conducerea dr. Floyd Bloom, specialist în neurobiologie, sînt studiate modificările intracelulare de la nivelul sistemului nervos, ale comportamentului animal și uman sub influența alcoolului. Experimentele realizate de dr. Helen Neville pe subiecți umani sînt deosebit de interesante, îmbogățind cunoștințele despre acest fel de toxicomanie.

S-au luat în studiu două grupe de persoane de sex masculin, asemănătoare ca vîrstă, stare de sănătate, condiții de instrucție și educație, provenind din același mediu social. În primul grup au fost incluși cei care aveau în familie un alcoolic declarat (părinți, frați, surori). În experiențele sale, dr. Helen Neville a utilizat metoda „potențialului evocat", constînd din înregistrarea activității electrice a creierului în momentul realizării unei sarcini precise (receptarea unui semnal sonor, efectuarea unor operații mintale și altele). „Potențialul evocat" constă dintr-o succesiune de unde negative *(N)* și pozitive *(P)*, notate după ordinea lor de apariție (N_1, P_1, N_2, P_2...) sau după timpul, exprimat în zecimi sau miimi de secundă, scurs de la declanșarea stimulului pînă la apariția undei (de exemplu N_{250} semnifică o undă negativă, care apare după 250 miimi de secundă de la semnalul receptat). În experimentele la care ne referim se înregistra potențialul evocat într-o activitate mintală de tip decizional. Se prezentau succesiv subiecților din experiment grupe de șase semnale sonore. Toate semnalele aveau, în principiu, aceeași durată: la intervale stabilite, ultimul sunet dintr-un grup avea o durată ceva mai redusă. Subiecții trebuiau să apese pe un buton cînd recepționau sunete de durată mai mică. Analizele, efectuate cu ajutorul calculatorului electronic, au permis cunoașterea formei clasice a potențialului evocat

în cazul informației sonore. Cînd sarcina consta în luarea unei decizii (ca în experimentul relatat), potențialul electric prezenta o undă suplimentară P_3 (undă pozitivă, care survenea după trei zecimi de secundă de la emiterea semnalului sonor, și se înregistra pe electroencefalogramă sub nivelul zero).

În prima fază a experimentului, dr. H. Neville a constatat că toate potențialele evocate în sarcina de decizie aveau aceeași formă la toți subiecții, indiferent dacă proveneau din familii de alcoolici sau nu (fig. 29). În faza a doua li s-a administrat subiecților, fără să li se spună, o mică doză de alcool (disimulată într-o băutură tonică). S-a cerut să se repete sarcina de decizie, constatîndu-se o diferență frapantă între cele două grupe de subiecți în ceea ce privește performanța (identificarea sunetelor de durată mai scurtă) și forma potențialului evocat: subiecții proveniți din familii fără alcoolici își păstrau potențialul electric aproape neschimbat, față de prima fază a experimentului; cei proveniți din familii cu părinți alcoolici prezentau modificări marcante ale potențialului evocat (reducerea amplitudinii undei P_3 și întîrzierea apariției ei).

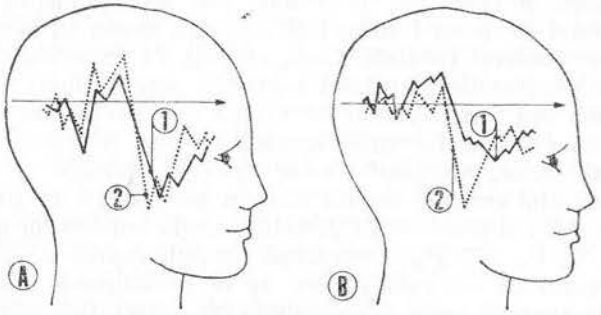


Fig. 29. Traseul undei P_3 „înainte" (1) și „după" (2) priza de alcool la o persoană provenită dintr-o familie normală (A) și dintr-o familie de alcoolici (B).

Identificarea acestei modificări a potențialului evocat este de cea mai mare importanță, deși natura undei P_3 și semnificația ei psihologică nu sînt pe deplin cunoscute. Se presupune însă că unda P_3 este în relație cu operațiile mintale superioare. Nu s-au localizat încă formațiile corticale responsabile de operațiile asociative subiacente deciziei.

Dar, dincolo de aceste probleme ce continuă să-i preocupe pe cercetători, rezultatele experimentelor, arătînd că o mică doză de alcool administrată subiecților proveniți din familii de alcoolici perturbă mecanismul responsabil de apariția undei P_3, susțin ipoteza etiologiei genetice a alcoolismului. S-a constatat însă un lucru curios: aceeași sarcină experimentală s-a efectuat de către un grup de subiecți umani tineri, proveniți din familii neatinse de viciul alcoolismului. Aceștia au fost în prealabil informați că vor consuma o băutură alcoolică. În realitate, li s-a oferit o băutură tonică, fără alcool. Simpla anunțare a prezenței alcoolului în băutura tonică a perturbat mecanismul undei P_3. În acest caz, se prea poate ca modificarea să fie urmarea sugestiei, a efectului placebo, deoarece tinerii din a treia grupă experimentală proveneau din familii fără tare alcoolice. Rezultă că s-a exercitat o influență psihică asupra zonei cerebrale responsabilă de producerea undei P_3, cu consecințe asemănătoare celor înregistrate la subiecții predispuși la alcoolism. O stare emoțională este deci capabilă să reducă undele P_3, la fel ca și consumul de alcool.

Bazîndu-se pe aceste constatări, dr. Helen Neville propune următoarea explicație a diminuării undei P_3 la subiecții din familiile de alcoolici (grupa a doua din experiment): alcoolul provoacă modificări în activitatea cerebrală comparabile cu cele generate de emoții. Altfel spus, alcoolul ar juca rol de declanșator al stărilor emotive, neconștientizate încă, dar sesizabile prin potențialul evocat. Subiecții din familiile normale au, probabil, sistemul nervos mai rezistent la incitațiile emoționale produse de consumul de alcool, în timp ce subiecții din familiile de alcoolici prezintă o susceptibilitate înnăscută la emoții.

Fără îndoială, ipoteza dr. H. Neville trebuie verificată în continuare, deoarece leziunile provocate de alcoolism ating în special hipocampul (zonă responsabilă de viața emoțională); or, comportamentul alcoolicilor se caracterizează tocmai prin pierderea controlului emoțional.

Aceste experimente nu exclud influența factorilor de mediu sau a achizițiilor din timpul vieții. Ele arată doar că există o anumită fragilitate biologică a hipocampului la subiecții proveniți din familii de alcoolici.

Sînt doar concluzii preliminare, care-şi aşteaptă confirmarea ştiinţifică, luîndu-se în considerare, bineînţeles, şi rolul factorilor sociali în generarea alcoolismului, ştiut fiind că omul este rezultatul interacţiunii dintre factorii bio-psiho-sociali.

2

- *Adolescenţă.* S-a grăbit să cunoască viaţa şi a sărit peste vîrsta ei. S-a trezit bătrînă. Plîngea...
- *Corectitudine.* Într-o viaţă de om n-a trişat decît o singură dată. Nu a fost prins.
  — Mare noroc am avut!
- *Viciosul.* Toată viaţa a trişat. În cele din urmă a fost prins.
  — Ce ghinion am avut!
- *Devenire.* A fost un căţeluş care ştia să lingă şi să se gudure. A vrut să devină dulău şi a ajuns... o jigodie.
- Să linguşeşti cînd eşti silit să o faci e semn de slăbiciune; cînd nu te obligă nimeni e perversitate!
- Să te dai ca exemplu e ca şi cum ai ieşi sumar îmbrăcat în piaţă. Chiar dacă eşti bine făcut, lipsa de pudoare....
- Cel care se amuză de o glumă proastă este la fel de condamnabil ca şi autorul ei.
- Ce-ai obţinut fără efort, repede vei pierde!
- *Imoralitate.* A fi corect din interes şi a accepta elogiul pentru comportarea ta.
- Ce generoşi sînt oamenii cînd nu dau de la ei...
- Cînd altul este felicitat pentru munca ta şi-ţi mulţumeşte că l-ai ajutat, nu înseamnă că e recunoscător, ci escroc.
- În relaţiile dubioase, cuvîntul e mai presus de orice (dacă e vorba de cuvîntul „bani").
- — Ce mai faci?
  — Bine.
  — Şi eu care eram dispus să te compătimesc sincer...
- *Supraapreciere.* Să trăieşti printre tîlhari şi să crezi că vei rămîne om.
- Soarele luminează; tot el naşte umbra.

- Neglijenţa nu este decît o altă faţă a neştiinţei: nu ştii cît te poate costa chiar şi o greşeală mărunţă...
- Dacă te împrieteneşti cu oricine, nici nu-ţi mai trebuie duşmani.
- Umilinţa zgomotos manifestată măsoară incapacitatea în taină păstrată.
- *Pedeapsă.* Să fii silit să lauzi ceea ce nu merită, iar nulitatea pentru care te-ai înjosit nici să nu te observe.
- Nu-şi face de cap... cine nu-l are!
- Spune-mi, Ionescu ce mai face? E bine mersi, ceea ce vă doresc şi dumneavoastră, sau e doar bine mersi?!
- Unii au chef de muncă, de studiu etc., alţii au doar chef...
- Nu împrumuta pe nimeni cu nimic: altfel sporeşti numărul celor care se vor interesa de sănătatea ta!
- Un om inteligent rău intenţionat este mai periculos decît o sută de oameni pur şi simplu răi.
- Ne ratăm nu pentru că imităm, ci pentru că prea adesea luăm ca model persoane cu care nu avem nimic comun.
- Unii, cînd au zi scurtă, o fac lată!
- Furia oarbă e sinceră; mînia e prefăcută!
- Cine se înfurie, dă drumul unui stăvilar: apele dezlănţuite nu au matcă.
- Numai o mare nenorocire ne arată cît de mărunte sînt necazurile cotidiene... insuportabile.
- Nu îl detest pentru că îşi urmăreşte cu ferocitate interesul, ci pentru că nu mimează, ca toată lumea, altruismul.
- Din lumea animalelor: „Fie şi un lup mîncat de oaie", behăi mielul cu convingere în faţa tribunalului carnivorelor...
- — Aţi fost atît de amabil, nici un ştiu cum să vă mulţumesc...
  — Nu vă faceţi probleme, vă spun eu.

3. PENTRU ECHILIBRUL VIEȚII PSIHICE

Sporirea rezistenței la stresul psihic

Termenul de „stres", provenit din engleza medievală „distress" (necaz, dificultate, situație neplăcută), semnifică „răspunsul nespecific al organismului la orice solicitare" (Hans Selye, *Știință și viață*, Edit. politică, București, 1984, p. 303). Deși termenul, ca atare, nu înseamnă numai tensiune nervoasă, consecință a acțiunii factorilor nocivi (stresorul poate fi un lucru plăcut, fără urmări negative), indicînd doar solicitarea adaptativă a organismului, în limbajul cotidian stresul este asociat stărilor de suprasolicitare, neglijîndu-se faptul că el reprezintă un însoțitor permanent al vieții, că lipsa lui se numește moarte.

Ne-am obișnuit să spunem, de exemplu, că o anumită persoană „a fost stresată", că o alta trăiește în condiții de „stres permanent" etc. De fiecare dată avem în vedere suprasolicitarea individului, incapacitatea de răspuns adaptativ la agenții din mediul înconjurător. Este ca și cum — după o expresie a dr. Hans Selye, inițiatorul cercetărilor moderne asupra stresului — „cantitatea finită de energie adaptativă" a respectivei persoane s-ar fi epuizat. Ca urmare, se produce o uzură a organismului și un înalt grad de suferință.

Agenții vătămători: fizici, chimici, biologici — așa cum arată H. Selye — produc două tipuri de efecte asupra organismului: efecte specifice (reacții adaptative de răspuns la fiecare factor de agresiune) și efecte nespecifice (comune tuturor agenților stresanți). Stresul sistemic, înțeles ca un sindrom, caracterizat printr-o multitudine intercorelată de răspunsuri specifice și nespecifice ale organismului la acțiunea agenților stresori, incluzînd atît leziunea provocată, cît și uzura organismului și suferința resimțită, are totdeauna o componentă psihică. Este așa-numitul stres psihic secundar. Dar există și un stres psihic primar, în care agenții stresori lezează sfera psihicului, provocînd trăiri subiective penibile, disconfort, anxietate. Stimulii negativi sau indiferenți sînt percepuți ca avînd o semnificație nocivă și, în consecință, se produc modificări de conduită disproporționate, neadaptative. Cel mai adesea, stresul psihic este provocat prin intermediul limbajului. Dar structurile alterate prin stresul psihic

sînt atît de natură materială (sistemul nervos central), cît și spirituală (procesele psihice ca atare). Chiar dacă în cazul stresului psihic dezorganizarea spirituală primează, aceasta nu înseamnă că, dată fiind unitatea psihofiziologică, nu suferă întregul organism. În fond, stresul psihic este o reacție psihofiziologică a individului care, obligat să facă față situațiilor pentru care nu s-a pregătit, anticipează eșecul și acordă o mare importanță consecințelor ce decurg din incapacitatea sa de a rezolva situația (S.B. Sells).

În aceleași condiții de viață, de exemplu muncă de răspundere, plină de neprevăzut, într-un ritm neîntrerupt ziua și noaptea, unii oameni rămîn perfect sănătoși, iar alții contractează diferite maladii: ulcer, colită, hipertensiune și alte afecțiuni cardiace, acuzînd o stare psihică proastă — surmenaj, insomnie, fobii etc. Prin ce se deosebesc primii de aceștia din urmă? Care sînt factorii de rezistență la stres?

Investigațiile s-au orientat spre factorii de personalitate. În primul rînd, cei determinați ereditar: o anumită construcție somatică, echilibrul și forța proceselor psihice, anumite disfuncționalități congenitale etc. Deși ereditatea nu poate fi ocolită, cercetările moderne asupra stresului au arătat că rezistența la agresiunea stimulilor nocivi din mediul nostru de viață se dobîndește. Hotărîtoare este atitudinea față de existența cotidiană, modul cum se raportează indivizii umani la realitatea obiectivă. În acest sens, prof. Richard S. Lazarus de la Universitatea Berkeley (S.U.A.) atrăgea atenția că stresul psihic nu poate fi explicat numai prin factori de personalitate și nici numai prin factori de mediu, ci prin luarea în considerare a manierei în care persoanele percep și evaluează evenimentele trăite. Din această perspectivă, stresul nu mai apare ca un conflict intern, ci este văzut ca o urmare a disproporției marcate dintre cerințele mediului și posibilitățile de răspuns ale individului.

Pornind de la aceste premise teoretice, doi reputați psihologi, Suzanne C. Kobasa și Salvatore R. Maddi (Universitatea din Chicago), au desfășurat cercetări sistematice pentru a vedea ce anume determină aprecierile oamenilor față de existența lor, firește, în contextul societății capitaliste puternic industrializate. Unele din rezultatele cercetărilor științifice ale celor doi psihologi au fost prezentate de Maya Pines (vezi *Psychology*, nr. 136 din 1981). Iată, pe scurt, constatările.

Studiind un număr de 660 de cadre medii și superioare din administrație și serviciile publice, Suzanne C. Kobasa (1977) ajunge la concluzia că anumite trăsături de personalitate — „gustul riscului", implicarea în muncă și în viața socială, stăpînirea de sine — inhibă mecanismele stresului, diminuează probabilitatea de îmbolnăvire. Persoanele investigate (de sex masculin, de origine anglo-saxonă, în vîrstă de 48—49 de ani, diplomați universitari, căsătoriți, cu doi copii) au completat un chestionar în scopul inventarierii evenimentelor generatoare de stres (din ultimii 3 ani). Concomitent, s-au înregistrat și îmbolnăvirile survenite în acest răstimp. S-au constituit două grupuri. Grupul *A* a fost format din 200 de persoane care obținuseră un scor superior mediei atît la chestionarul privind evenimentele stresante, cît și la înregistrarea îmbolnăvirilor. În grupul *B* au fost incluse 26 de persoane, cu scor superior mediei la evenimentele stresante, dar inferior mediei în ceea ce privește frecvența îmbolnăvirilor. Celor două grupuri li s-a aplicat un test de personalitate. Subiecții din grupul *B* s-au dovedit a fi, comparativ cu cei din grupul *A*, mai mult implicați în muncă și în viața socială, stăpîni pe sine într-un grad superior, arătînd o preferință pentru situațiile neprevăzute, cu alte cuvinte posedînd un „gust al riscului".

Dintre factorii de personalitate care conferă rezistență la stres, „gustul riscului" se pare că joacă rolul cel mai important. Studiul realizat de Suzanne C. Kobasa, în colaborare cu Salvatore R. Maddi, în condițiile date, atrage atenția asupra importanței acestui factor. În accepția celor doi psihologi, termenul de „gust al riscului" nu se confundă cu „spiritul de aventură". Astfel, au „gust al riscului" cei ce nu consideră că schimbarea produsă în mediul și în modul lor de viață constituie o nenorocire. Dimpotrivă, aceștia apreciază că schimbarea poate fi stimulatoare. Un alt loc de muncă, de exemplu, semnifică pentru ei un nou început, o nouă șansă de a-și pune în evidență calitățile, cunoștințele, o posibilitate în plus de a se realiza profesional. Ei fac parte din tipul uman comparat de Hans Selye cu „caii de cursă lungă": duc o viață trepidantă și debordantă. Opuși acestora, sînt indivizii de tipul „broască țestoasă", care se retrag în carapacea lor pentru a-și găsi liniștea și pacea. Ei adoptă, fără să-și dea seama, o strategie a eșecului: au o viață sedentară, abuzează de alcool și somnifere, se refugiază în somn. Deci,

schimbarea în sine nu stresează, totul depinde de atitudinea față de eveniment.

În afara trăsăturilor de personalitate, o serie de factori sociali au capacitatea de a se opune stresului. Armonia conjugală, de exemplu, ne protejează împotriva agenților stresanți. Doi cercetători din Israel — dr. Jack H. Medalic și dr. Uri Goldbourt — au proiectat o anchetă interesantă. Urmărind să identifice corelațiile dintre angina pectorală și diferitele componente ale vieții cotidiene, cercetătorii amintiți au descoperit că absența dragostei conjugale este unul din principalii indicatori ai instalării stresului. Ținînd sub observație, timp de 5 ani, un număr de 10 000 de persoane căsătorite (de sex masculin, în vîrstă de pînă la 40 de ani), ei au calculat că suferiseră de angină pectorală doar 52 la mie dintre cei care declaraseră că soțiile lor se manifestaseră afectuos în viața de familie, în timp ce dintre subiecții care apreciaseră că soțiile lor dau dovadă de o anumită răceală în relațiile conjugale se îmbolnăviseră, în intervalul de timp luat în studiu, 93 la mie. Diferența este semnificativă. Fericirea conjugală pare a fi un „scut" puternic împotriva stresului psihic sau, mai general spus, bunele relații interumane ne apără, în timp ce pierderea legăturilor de prietenie, scăderea contactelor interpersonale ne fac mai vulnerabili la stres. Lisa Berkman, cercetător științific la Universitatea Yale, a demonstrat cu date statistice că oamenii „bogați în relații sociale", chiar dacă au un nivel socioeconomic mai scăzut, trăiesc mai mult decît oamenii bogați, dar „săraci în contacte și legături umane".

De asemenea, profesiile pot favoriza sau, dimpotrivă, pot împiedica instalarea stresului. Unele statistici arată că piloții de aeronave, a căror decizie poate pune în joc viața pasagerilor, suferă de hipertensiune, ca urmare a stresului, într-o proporție de patru ori mai mare decît celelalte categorii profesionale. Tot statistic s-a evidențiat că în perioada bilanțului financiar contabilii-experți sînt deosebit de expuși accidentelor cardiace.

Există însă alte categorii profesionale pentru care factorii stresanți își pierd parcă nocivitatea. La un lot de 57 de avocați, Suzanne C. Kobasa nu a găsit nici o corelație între frecvența expunerii la factorii de stres și îmbolnăviri. Mulți dintre avocații intervievați au afirmat chiar că obțin rezultate mai bune cînd lucrează într-o stare de tensiune psihică. Acest lucru

nu trebuie să surprindă. Prin formația lor profesională, avocații se antrenează să înfrunte stresul.

Deși cercetările privind factorii psihici de rezistență la stres nu oferă în prezent decît informații fragmentare și, de multe ori, contradictorii, putem să fim totuși optimiști. Dacă rezistența la stres depinde hotărîtor de atitudinea noastră față de evenimentele trăite, nu avem altceva de făcut decît să ne formăm o filosofie de viață adecvată, cu atît mai mult cu cît — așa cum spunea Salvatore R. Maddi — „rezistența la stres se învață la orice vîrstă".

Deblocarea și stimularea creativității

Asigurînd în fapt dreptul la învățătură și muncă, înlăturînd discriminările sociale și de altă natură, socialismul oferă, pentru prima dată în evoluția societății, posibilitatea reală a afirmării creativității maselor. Dreptul la creativitate constituie o notă definitorie a societății socialiste multilateral dezvoltate. Avem însă nu numai dreptul, dar și datoria de a fi creativi. Pe toate planurile, în toate domeniile de activitate ni se cere să promovăm noul. În *Raportul Comitetului Central cu privire la activitatea Partidului Comunist Român în perioada dintre Congresul al XII-lea și Congresul al XIII-lea și activitatea de viitor a partidului în vederea înfăptuirii obiectivelor dezvoltării economico-sociale în cincinalul 1986—1990 și, în perspectivă, pînă în anul 2000 a României*, prezentat de tovarășul Nicolae Ceaușescu, secretar general al P.C.R., se arată: „Cunoașterea naturii și societății nu are limite. În nici un domeniu nu s-a încheiat procesul revoluționar al cunoașterii! Nu există realități și fenomene, legități ale dezvoltării lumii ce nu pot fi cunoscute, ci numai care nu sînt încă cunoscute. Iată de ce trebuie să acționăm permanent pentru înțelegerea și cunoașterea a noi și noi taine ale naturii și Universului, pentru aprofundarea legităților generale ale dezvoltării societății omenești, ale progresului uman — și să le punem la baza întregii opere de edificare a socialismului și comunismului în România". (Nicolae Ceaușescu, *Raport la cel de-al XIII-lea Congres al Partidului Comunist Român*, Edit. politică, București, 1984, p. 65)

În aceste condiții, este firesc ca stimularea creativității să preocupe în cel mai înalt grad întreaga noastră societate.

Îndemnul la creație originală găsește un ecou din ce în ce mai mare în rîndul maselor largi.

Specialiștii sînt de acord că gîndirea creativă poate fi dezvoltată prin procedee adecvate. În acest sens, s-au constituit organisme specializate pentru studierea experienței pedagogice în dezvoltarea talentului științific creativ, au fost inițiate cercetări care au confirmat ipoteza că originalitatea nu diferă de celelalte forme de comportament operant și au fost puse în practică programe de utilizare a creativității în rezolvarea de probleme, demonstrîndu-se că sporirea productivității creative se menține la parametri înalți cantitativi și calitativi (de unicitate și de utilitate) mult timp după efectuarea „antrenamentului" de creativitate.

În acest context, mai ales din perspectivă psihosociologică, deblocarea creativității constituie un domeniu de investigare și un cîmp de acțiune cu nimic mai puțin promițător decît cel al stimulării creativității. Și totuși, chiar pe plan mondial, cercetarea factorilor psihosociali care blochează creativitatea a fost pînă acum neglijată. Dintre clișeele culturale care, după opinia lui James L. Adams (James L. Adams, *Conceptual Blockbusting*, Stanford, California, 1974), frînează creativitatea, unele se regăsesc și în societatea noastră socialistă, cu forme mai mult sau mai puțin specifice de manifestare *(vezi* și Mihalea Roco, *Studiul unor factori ai creativității tehnico-științifice*, în *Revista de psihologie*, tomul 31, nr. 1 din 1985).

Așa, de pildă, unul din cele mai răspîndite clișee culturale este cel ce postulează contradicția dintre muncă și umor. Se pare că este des întîlnită prejudecata că munca exclude umorul. În cele mai diferite împrejurări, pe diferite tonuri, ne este dat să auzim: „Este o treabă serioasă, nu-i de glumă!". Chiar așa să fie?! Exclude munca umorul? Deloc! Cu atît mai mult munca creativă! Subordonîndu-se însă clișeului cultural, mulți cred totuși că dacă ne încruntăm rezolvăm mai bine problemele, muncim mai bine. În realitate, încurajînd gluma, încurajăm creativitatea. Așa cum remarca un specialist în organizarea muncii, Karl Stefanic-Allmayer, într-o lucrare de succes *(33 de principii de conducere a întreprinderii*, București, Edit. politică, 1970, p. XIII), „oamenii fără umor sînt fie de compătimit, fie de ocolit (uneori și una și alta...)".

Aproape la fel de răspîndit este și clișeul cultural bazat pe falsa înțelegere a modestiei. Chiar în rîndul specialiștilor, în cadrul manifestărilor științifice, înregistrăm declarații de acest fel: „Am încercat să aducem o modestă contribuție la..." etc. etc. De ce modestă? De ce nu majoră, esențială?! Înțelegerea greșită a modestiei ca valoare socială blochează creativitatea.

În *Codul principiilor și normelor muncii și vieții comuniștilor, al eticii și echității socialiste*, adoptat la Congresul al XI-lea al P.C.R., se afirmă că „indiferent de poziția care o ocupă în societate, comunistul trebuie să dea dovadă de modestie". Adesea se reține doar acest lucru, făcîndu-se abstracție de precizarea ce urmează: el, comunistul, „trebuie să combată îngîmfarea, aroganța, disprețul față de semeni". În acest sens se cere comuniștilor, tuturor cetățenilor patriei să fie modești. Dar modestia mai înseamnă și lipsă de relevanță, lipsă de strălucire. Să nu fim deloc modești — în acest din urmă sens —, să încercăm și să facem totul pentru a străluci în domeniul nostru de activitate, atît la nivel național, cît și internațional. Pînă la un punct, „a voi înseamnă a putea". A face publică dorința de a fi cel mai bun într-un domeniu sau altul nu constituie, după opinia noastră, lipsă de modestie, ci o garanție în plus a mobilizării spre a deveni realmente cel mai bun. Cîți dintre noi avem, însă, cutezanța să declarăm că dorim să fim cei mai de seamă matematicieni, ingineri, economiști, psihologi, filosofi sau sociologi?! Prea adesea nu ne propunem decît să aducem modeste contribuții și... uneori reușim foarte bine aceasta.

Intim legată de acest clișeu cultural apare și aprecierea mai mult a efortului decît a rezultatelor. Am fost educați în ideea că geniul înseamnă 99% transpirație și 1% inspirație. Ne este totuși greu să ni-l imaginăm pe Einstein lac de sudoare definitivînd teoria relativității... Nu credem că cel care muncește mai mult este mai valoros decît cel care produce mai mult. Chiar între două persoane care obțin aceleași rezultate, ar trebui preferată cea care a depus eforturi mai mici, și-a simplificat munca sau a realizat-o cu eleganță, fără multă transpirație. O astfel de persoană mai are rezerve ce pot fi mobilizate în continuare, în timp ce persoana care a depus eforturi deosebite obținînd aceleași rezultate a dat maximum ce putea da. De la ea nu se mai poate spera nimic în plus.

Apreciind mai mult efortul, și nu în primul rînd rezultatul, substituim mijlocul scopului. Acțiunea socială eficientă este orientată constant spre scop. Orice substituție a scopului periclitează eficiența acțiunii. În termenii discuției noastre, apreciind mai mult efortul decît rezultatul, blocăm creativitatea.

Un alt clișeu cultural cu efecte inhibitorii asupra creativității este iluzia că oamenii inteligenți nu greșesc; de aici — frica de a greși. Desigur, frica de greșeală are o determinare complexă, factorii legați de sancțiunile economice și sociale se îmbină cu factorii psihosociali. Acest clișeu cultural frînează introducerea noului, chiar atunci cînd sancțiunile socio-economice sînt foarte puțin probabile.

În realitate, și oamenii cei mai inteligenți greșesc: ceea ce îi deosebește este faptul că ei fac mereu greșeli noi. Oare progresul științei nu constă în descoperirea greșelilor oamenilor de geniu?! Parafrazîndu-l pe I.P. Pavlov, exagerînd, dar credem că nu prea mult, putem spune: „Greșelile sînt aerul savanților!" În lumea oamenilor de știință, frica de a greși se concretizează în confirmarea tuturor ipotezelor din cercetare; în acest caz, avansul cunoașterii este însă minim, ipotezele nu sînt deloc îndrăznețe, probează evidența sau repetă ceea ce alții deja au demonstrat. În *Cuvîntarea* rostită cu prilejul conferirii titlului de doctor în științe politice și a titlului de doctor în economie, tovarășul Nicolae Ceaușescu atrăgea atenția că nu trebuie să ne fie teamă de faptul că în cercetările noastre vor apărea rezultate discutabile. „Nu de aceasta trebuie să ne fie teamă; principala teamă și principalul pericol constau în a nu desfășura activitate de cercetare datorită fricii de a nu greși." (Nicolae Ceaușescu, *România pe drumul construirii societății socialiste multilateral dezvoltate*, vol. 15, București, Edit. politică, 1978, p. 428)

Deblocarea creativității nu se rezumă, firește, la abandonarea clișeelor culturale amintite sau, în general, la eliminarea tuturor prejudecăților ce frînează apariția noului. Promovarea noului presupune existența unor structuri social-economice capabile să recepteze și să încorporeze elementele novatoare. Prin esența sa, socialismul asigură condițiile afirmării creative a tuturor oamenilor. Tocmai de aceea sînt incompatibile cu orînduirea noastră socialistă situațiile de blocare a creativității prin practici administrative depășite sau prin acțiunea unor factori psihosociali inhibitori. Ne vom referi

în continuare la unii din factorii psihosociali care exercită o influență frenatoare asupra creativității.

Așa cum remarca și James L. Adams, lipsa de cooperare și de încredere între membrii formațiilor de muncă (echipe de execuție sau de cercetare) face inovația dacă nu imposibilă, cel puțin improbabilă. În echipele de muncă în care fiecare lucrează alături de ceilalți și comunică „doar cu sine însuși" este puțin probabil că noul se va putea afirma. Într-un climat de suspiciune, de invidie sau de concurență neloială, lansarea unei idei noi oferă celorlalți prilejul criticilor pe cît de neprincipiale, pe atît de distrugătoare. Aflat în germene, noul este totdeauna departe de perfecțiune. Pentru a se maturiza, trebuie sprijinit, nu demolat. Sînt numeroase căile de ucidere a noului: „despicarea firului în patru", persiflarea sau, pur și simplu, ignorarea. Ultima modalitate pare a fi și cea mai periculoasă. Spre deosebire de primele două, nu cere nici un efort și, în plus, lasă și aparența bunelor relații. Ignorarea de către colectivitate a rezultatelor muncii creatoare este, adesea, mai greu de suportat chiar decît critica fondată pe „despicarea firului în patru", care și ea îl poate demobiliza pe creatorul frămîntat el însuși de îndoială. Încrederea deplină în colegii de muncă, perceperea colectivului ca un suport pentru a munci mai bine deblochează creativitatea. Cercetările sociologice concrete au evidențiat mari rezerve în ceea ce privește încurajarea de către colectiv a muncii bine făcute *(vezi* Ioan Mărginean, *Colectivul de muncă*, în volumul *Dezvoltarea umană a întreprinderii*, Cătălin Zamfir, coordonator, București, Edit. Academiei, 1980, cap. 5). Pe o scală cu 5 trepte, indicatorul „colectivul apreciază și încurajează munca bine făcută" a luat valoarea 3,76, fiind cu 0,60 mai mic decît valoarea considerată dezirabilă de către cei investigați: 1 751 de oameni ai muncii din industria chimică.

Ca și lipsa sprijinului din partea colectivului de muncă, lipsa de înțelegere din partea șefului direct intervine în blocarea manifestării creativității. Un șef autoritar, fără o viziune de perspectivă, nu va încuraja efortul creator al subordonaților. Dimpotrivă, preocupat de îndeplinirea sarcinilor curente, un astfel de șef va trece pe lîngă ideile noi, ucigîndu-le în cel mai bun caz prin ignorare. Stilul de conducere al șefului direct trebuie să aibă drept componentă centrală sprijinirea, încurajarea muncii de calitate. În cercetarea sociologică la care ne-am mai referit valoarea acestui indicator

era 3,83 (cu 0,66 mai puțin decît situația ideală, dorită de oamenii muncii chestionați). Și aici mai sînt încă rezerve, valoarea limită a indicatorului fiind cinci. De remarcat, totuși, că aprecierea gradului în care șeful direct încurajează munca bine făcută este mai pozitivă decît aprecierea modului în care colectivul sprijină o astfel de muncă.

Atitudinea de încurajare a performanței celorlalți trebuie formată și consolidată la nivel de masă, printr-un proces educativ extins, de la preșcolari la toți oamenii muncii. De asemenea, așa cum există în prezent în școli ore de „dezvoltarea vorbirii", ar trebui să existe în programa școlară și ore de „dezvoltarea creativității". Ideea nu e nouă. Experiența Venezuelei, de exemplu, este încurajatoare: în programele școlare sînt prevăzute cîte două lecții săptămînal de „dezvoltarea inteligenței". Ministrul venezuelean pentru dezvoltarea inteligenței umane, Luis Alberto Machado, declara într-un interviu: „În decursul secolelor, oamenii au fost învățați să asimileze cunoștințe, însă nu și cum să gîndească. Ei au fost învățați unde și cum să găsească cunoștințe, dar nu și cum să îmbine cunoștințele pentru a ajunge la alte idei. Au fost învățați regulile gîndirii logice, dar nu și regulile de a elabora concepte noi. A fost predată cultura, dar nu și originalitatea. Au fost predate roadele inteligenței, dar nu și cum să-ți dezvolți inteligența." *(International Herald Tribune*, 3 iulie 1980). Fără îndoială, autorul recentei și atît de controversatei lucrări *Dreptul de a fi înteligent* nu greșește. Chiar dacă nu subscriem afirmațiilor incitante ale lui Machado: „Fiecare copil este un geniu!", „Învățămîntul distruge originalitatea!" ș.a., nu putem să nu fim de acord că actualele sisteme școlare mai au mult de făcut pentru dezvoltarea la nivel de masă a creativității.

Așa cum am susținut și în concluziile lucrării *Elemente de psihosociologie a muncii eficiente* (Edit. politică, București, 1977), integrarea învățămîntului cu cercetarea și cu producția creează condiții optime pentru educarea creativității tinerețului prin muncă și pentru muncă. Orele de atelier, ca și practica în producție ar putea fi transformate în adevărate lecții de dezvoltare a creativității.

În condițiile concrete ale revoluției tehnico-științifice din țara noastră, s-ar putea iniția cursuri de sporire a creativității încă din grădiniță, continuînd în școala generală,

orele de atelier și de practică productivă. Firește, ele ar putea continua în forme adecvate și în învățămîntul superior. Producerea de obiecte în cadrul practicii productive ar corespunde mai direct criteriului calitativ al unității actului creativ, ar putea restructura atitudinea subiectului față de emisia de idei noi, ar determina mai ușor amînarea sau suprimarea primei idei, care, de regulă, nu este cea mai satisfăcătoare sub raportul creativității.

Transformarea orelor de atelier și de practică productivă în adevărate cursuri de dezvoltare a creativității presupune colaborarea strînsă a psihologului cu maistrul instructor, subordonarea activităților față de programul de dezvoltare a creativității, instruirea psihologilor, ca și a tuturor cadrelor didactice în tehnica productivității creative, elaborarea unor manuale adecvate și a unor instrumente specifice de măsurare a creativității (liste de control, analiza epistemologică, lista elementelor constitutive), procedeele asociative (asocierea forțată, asocierea liberă), sinectica, *brainstorming*-ul (cu toate variantele sale), ancheta tip Delphi etc. ar trebui larg prezentate și general cunoscute.

Pentru educarea creativității prin și pentru muncă, procedeul listei de control *(check-list)* este, poate, cel mai adecvat. Cu privire la produsele și activitățile ce se cer realizate în orele de atelier sau de practică productivă, se pot formula întrebările pe care inițiatorul tehnicii „asaltul de idei", Alex. F. Osborn, le propune pentru stimularea creativității: ce alte întrebuințări decît cele obișnuite pot fi date produselor și activităților cotidiene? Pot fi adaptate lucrurile și modalitățile de acțiune existente la necesitățile actuale și de perspectivă ale unei situații particulare? Ce consecințe ar avea sporirea dimensiunilor unui lucru sau prelungirea unei acțiuni? Ce s-ar întîmpla dacă ar fi micșorate dimensiunile sau durata lucrurilor și acțiunilor? Ce consecințe ar avea substituția lucrurilor și acțiunilor? Ce rezultate ar avea combinarea lucrurilor și activităților? (vezi Alex. F. Osborn, *L'imagination constructive*, Paris, Dunod, 1971).

Pornind de aici, se poate ajunge la unele idei noi, materializate în produse și activități inedite. În acest fel s-ar contribui eficient la sporirea creativității în procesul instructiv-educativ.

În ceea ce privește deblocarea creativității direct în procesul muncii, există un potențial de creativitate încă insuficient valorificat. Înlăturarea blocajelor psihosociale și stimularea creativității permit ridicarea la creație și originalitate a tuturor oamenilor muncii, în acord cu idealurile socialismului și comunismului.

*

- *Acuitate spirituală:* a vedea probleme.
- *Disociere:* slab de minte nu-i cel care n-alege dintr-o multitudine de posibilități pe cea mai bună, ci acela care se oprește la cea mai proastă.
- *Calomnii:*
  — Tu ești geniu!
  — Ba tu ești geniu!
- Admirăm înțelepciunea, dar îi ocolim pe înțelepți.
- Ca să nu-i fie frig cînd s-o depărta, în gerul nopții de iarnă, nici nu s-a apropiat de foc. Prea multă minte strică!
- Cine luptă învinge. Talentul autentic primește, însă, laurii fără să lovească.
- Calul de lemn nu nechează, oricît ovăz i-ai da!
- Pentru a păstra proaspătă pîinea cît mai mult, trebuie să o cumperi caldă...
- Excepții se fac doar pentru oamenii excepționali și sînt excepționali doar oamenii pentru care se fac excepții. Dumneavoastră nu intrați în această categorie...
- E un mare ghinion să nu ai noroc!
- „Am trecut și eu prin viață..." pot spune doar cei care au rămas în viață. Cei care au trecut...
- Mai degrabă vedem ceea ce avem în cap decît ceea ce este în fața ochilor.
- Credem ceea ce știm, nu ceea ce vedem.
- Știința a progresat într-atît încît azi putem prevedea și... minunile.
- Una este să crezi ceea ce nu există și cu totul altceva să pui la îndoială ceea ce este evident.
- Și pentru atei există lucruri sfinte: patria, prietenia, cuvîntul dat...
- *Optimism.* În prima zi de armată să te gîndești la greutățile ce-or să te aștepte în civilie.

• *Optică.* Printr-un ciob de sticlă înnegrită, chiar soarele își pierde strălucirea.

• *Autoamăgire:* bucuria urărilor convenționale.

• Înainte de a sări în apă, vezi cît este de adîncă!

• Nimeni nu te va ajuta să te înalți mai presus ca el!

• *Bucuria de a trăi:* reducerea proporțională a speranței de viață.

• — Ești incapabil, n-ai minte!
— Ce vrei să insinuezi?

• *Mărturisire:*
— Sînt atît de nevrozat încît nu mai pot dormi nici măcar la sesiunile de comunicări științifice...

• — Ești un om minunat!
— Cine zice ăla e!

• Prietenul după citate se cunoaște... cine mă iubește mă citează.

• Citatul de la sursă — titlul de noblețe al autorului.

• Citatul prea des își pierde valoarea, ca o minune care... se repetă.

• Cînd nu mai ai ce spune, în loc să taci citezi.

• Cine citează publică, dar autor tot nu devine.

• Citează-mă, să te citez și eu!

• Cine citește citează, ceea ce nu înseamnă că cine citează și citește.

• Cunoști autorul după citatele utilizate la fel de bine ca și după ceea ce el însuși spune.

• Ne autocităm mai frecvent decît ne place să credem și citățm mai mult decît sîntem obligați să recunoaștem.

• Autocitarea: impozitul pentru preavinovata iubire de sine.

• Creațiile originale au soarta copiilor: te bucuri cînd le dai viață, cu timpul te detașezi de ele și, în cele din urmă, le lași să înfrunte singure lumea.

• Îi citim pe unii autori nu pentru a afla ce gîndesc, ci pentru a vedea ce au „împrumutat" de la giganți.

• Să faci o carte din altele zece, cinsprezece, douăzeci nu-i mare lucru; dar zece cărți dintr-una singură — asta, da!

• O carte bună e ca un răsărit de soare. Uneori îmi pare că trăiesc la Polul Nord...

• Condiția debutantului: ce-i interesant nu-i original, ce-i original nu-i interesant...

• Condiția autorului de știință popularizată: știe puțin și scrie mult.

• Cărțile bune se epuizează repede..., dacă apar într-un tiraj mic.

• A reface manuscrisul după indicațiile redactorului echivalează cu încercarea de a-i pune mortului trabucul în gură în speranța că va începe să pufăie.

• A parafraza — a fura cu acte în regulă.

• *Autoevaluare:* nu pretind drepturi de autor, pentru că mi-am dactilografiat singur capodopera.

• *D-ale conferențiarilor:*
— Cunoașteți cu toții, deci, nu mai insistăm...
— De-aș ști și eu ceea ce știm cu toții...

• Hîrtia suportă orice... este dispus autorul să îndure.

• Cînd cartea zace în librării, autorul este grav bolnav.

• În anumite împrejurări, numai nebunii procedează în mod normal!

• O barbă bine săpunită este pe jumătate rasă. Nimic mai simplu: te săpunești de două ori!

• *Autoplagiatul:* copiii nedeclarați ai autorului.

• *Condiția creatorului:* ambiția originalității în luptă cu dorința de a fi acceptat de ceilalți.

• Nu există plăcere mai intensă decît chinurile creației.

• *Disonanță cognitivă*
Autorul: — Prin cărțile mele îi ajut pe oameni să...
Cititorul: — Mănîncă și el o pîine...

Capitolul IV

INTUIȚIE, IMAGINAȚIE, INTELIGENȚĂ: TESTEAZĂ-TE SINGUR!

Vă propunem nu un set de teste propriu-zise (testarea psihologică presupune o activitate riguroasă, standardizată, înaltă profesionalitate), ci mai degrabă cîteva jocuri de iscusință mintală (culese din cărți, reviste și ziare: *Test yourself* de W. Bernard și J. Leopold — Corgi Books, Londra, 1972, *Psychologie*, *L'Express*, *Neues Deutschland*), prin intermediul cărora, amuzîndu-vă, sperăm, vă veți putea autocunoaște mai bine și, exersînd, veți atinge performanțe superioare. Puteți organiza chiar concursuri cu colegii și prietenii: cine rezolvă cel mai repede — se înțelege, și corect — enigmele? Cine are cea mai dezvoltată imaginație? Cît de creativi sînteți?

La unele probe, timpul de rezolvare este limitat. Nu vă supărați însă prea tare dacă nu reușiți să vă încadrați în baremul fixat și nu fiți total dezamăgiți dacă soluția problemelor nu se lasă imediat prinsă. Citiți rezolvările indicate la p. 208 și încercați să descoperiți ce v-a împiedicat să aflați mai repede rezultatul corect. Reflectînd asupra „capacității dumneavoastră de reflecție" vă veți perfecționa, cu siguranță, gîndirea.

Pentru început, vă ajutăm cu scurte comentarii, relevînd dificultatea de gîndire ce trebuie depășită. Mai departe mergeți singuri... Succes!

Nouă puncte bucluceașe

A. Uniți cele 9 puncte (fig. 30) prin 4 linii drepte, fără a ridica stiloul de pe coala de hîrtie.

B. Dacă problema vă este cunoscută sau este prea ușoară pentru dumneavoastră, încercați să uniți în aceleași condiții (fără a ridica stiloul de pe coala de hîrtie) cele 9 puncte doar prin 3 linii drepte.

(Rezolvarea și comentariul jocului la pp. 208—209

Eliberați prizonierul!

Amicul dumneavoastră se află izolat în celula P (fig. 31). Îl puteți elibera, dacă ajungeți cît mai repede la el, trecînd prin toate încăperile (celulele comunică între ele) doar o singură dată, altfel se declanșează alarma. Vă aflați în afara clădirii, în punctul I (clădirea are două intrări).

(Rezolvarea și comentariul la p. 209)

Fig. 30.

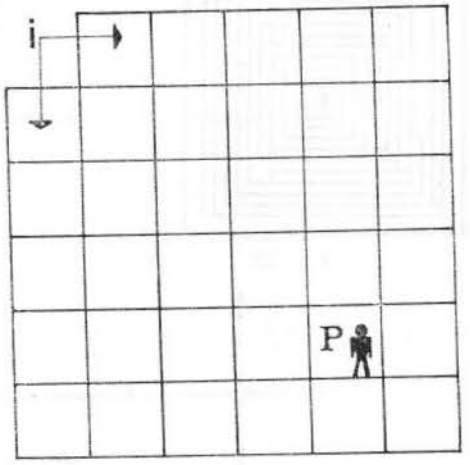


Fig. 31.

Cum ajungeți acasă?

Vă aflați într-un labirint (fig. 32). Plouă și vă e frig. Vreți să ajungeți acasă, ieșind din labirint. Dar cum?

(Rezolvarea și comentariul la p. 209)

Jocul bețelor de chibrit

Nu sîntem adepții „teoriei chibritului", dar nici nu respingem „jocul bețelor de chibrit". Dimpotrivă. Consi-

derăm că acestea ne obligă la intuiție și ne ajută să ne dezvoltăm imaginația.

A. Priviți cele 4 pătrate (fig. 33) construite din 12 bețe de chibrit. Mutînd doar 4 bețe, puteți realiza 3 pătrate?

B. Schimbînd poziția doar a 6 bețe de chibrit (fig. 34), încercați să obțineți două pătrate de mărimi diferite.

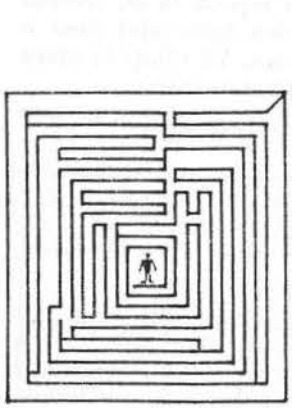


Fig. 32.

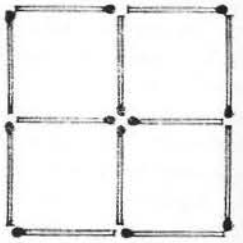


Fig. 33.

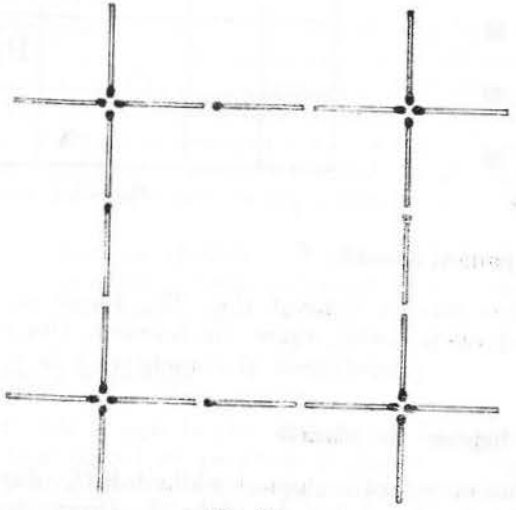


Fig. 34.

C. Dacă mutați 4 bețe de chibrit (fig. 35) puteți obține 3 pătrate diferite ca suprafață (există două soluții).

D. Așezînd altfel 6 bețe de chibrit (fig. 36) veți construi 3 pătrate diferite ca mărime.

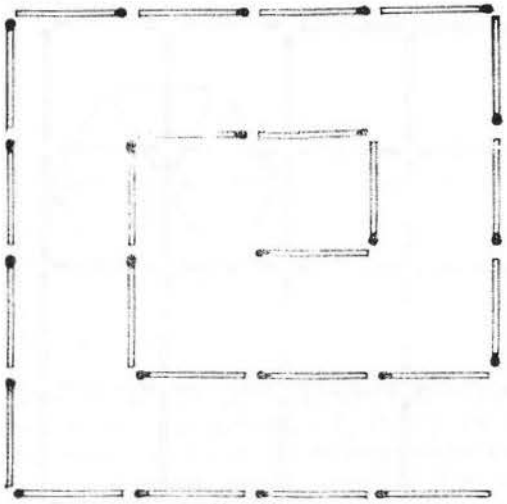


Fig. 35.

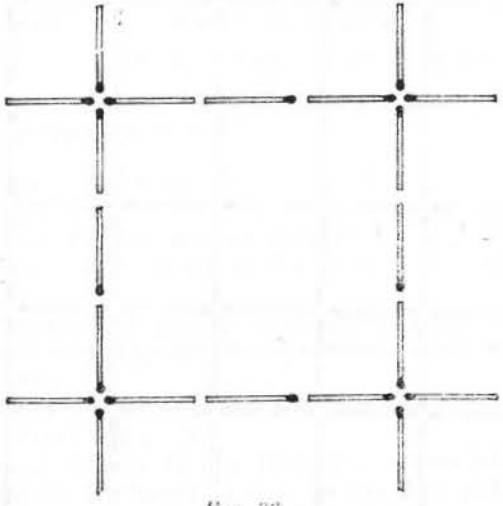


Fig. 36.

E. Îndepărtați 8 bețe de chibrit (fig. 37), astfel încît să obțineți 4 pătrate mici și 4 pătrate mari.

F. Din cele 25 de pătrate (fig. 38) rămîn doar 12 dacă îndepărtați 12 bețe de chibrit.

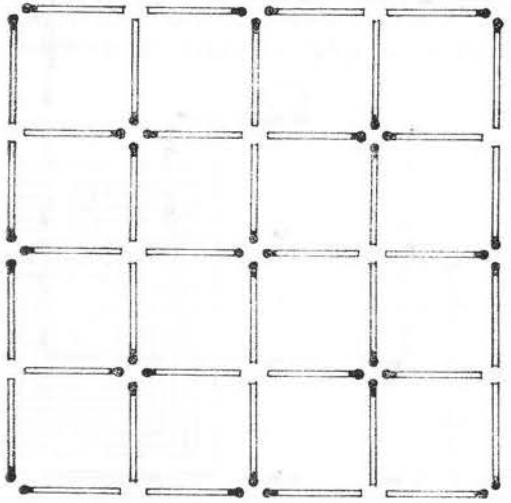


Fig. 37.

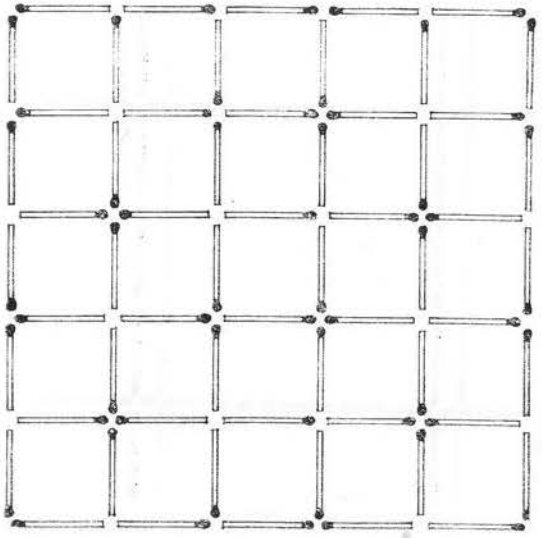


Fig. 38.

G. Din hexagonul format din 12 bețe de chibrit (fig. 39) încercați să obțineți 5, apoi 4, 3, 2 triunghiuri echilaterale, deplasînd de fiecare dată doar cîte 2 bețe de chibrit.

(Rezolvările la p. 211)

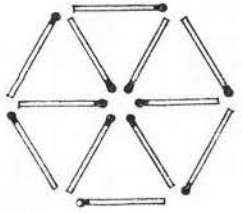


Fig. 39.

Ce fel de imaginație aveți?

Priviți desenele de la p. 200 (fig. 40). Pentru fiecare desen sînt propuse cîte trei interpretări *(A, B, C)*. Pe care dintre ele o alegeți? Spre a vedea ce fel de imaginație aveți, faceți totalul opțiunilor dumneavoastră, acordînd 3 puncte pentru o alegere din coloana *A*, 2 puncte și, respectiv, 1 punct pentru alegerile din coloanele *B* și *C*.

Puteți obține maximum 45 puncte și minimum 15.

(Interpretarea scorului la pp. 214—215)

Cît de perspicace sînteți?

A. Ce trebuie să plasați în locul semnului de întrebare? (fig. 41)

B. Ce număr trebuie pus în rombul rămas gol? (fig. 42)

C. Ce figură se impune a fi desenată în spațiul rămas liber? (fig. 43)

D. Cu ce număr vă gîndiți să completați cercul? (fig. 44)

E. Care este corpul geometric ce urmează logic în seria desenată? (fig. 45)

F. Ce cifră ar dispărea dacă s-ar desena și cel de-al șaptelea pătrat? (fig. 46)

G. Ce număr trebuie înscris în careul rămas liber? (fig.47)

H. Ce cifră va fi plasată la sud, pe cea de-a patra giruetă? (fig. 48)

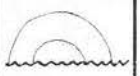
	A	B	C		A	B	C
	APUS DE SOARE	INTRARE ÎN TUNEL	PĂLĂRIE		MELC	ARC DE CEAS	RULADĂ (PRĂJITURĂ)
	JET DE APĂ	FLOARE DE CRIN	BANANĂ DESFĂCUTĂ		LUNĂ ÎN FEREASTRĂ	BILĂ PE MASĂ	CERC ÎN DREPTUNGHI
	SOARE	FILEU (PLASĂ)	PÎNZĂ DE PĂIANJEN		RĂSĂRIT DE SOARE	CURCUBEU	IGLU
	PASĂRE	AVION	VÎRF DE SĂGEATĂ		BOMBĂ	PEŞTE	VAZĂ
	LUNĂ	FOTOLIU	MINGE (BILĂ)		FLĂCĂRI	PLANTĂ	MÎNĂ
	VÎRF DE CREION	PARAŞUTĂ	CORNET DE ÎNGHEŢATĂ		FLOARE	INTERSECŢIE RUTIERĂ	ELICE
	DINAMITĂ	UMBRELĂ	BUJIE		LUNĂ DEASUPRA UNUI COŞ DE FABRICĂ	TAC DE BILIARD	PUNCT PE .I
	SISTEM SOLAR	STRUCTURA ATOMULUI	ŢINTĂ	TOTAL			
	A	B	C		A	B	C

Fig. 40

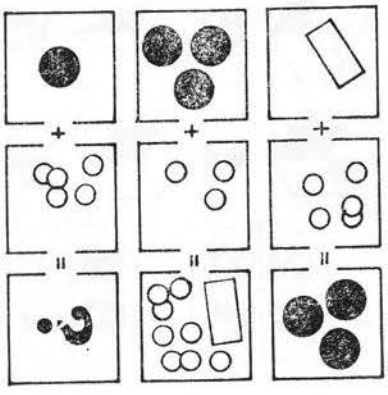


Fig. 41

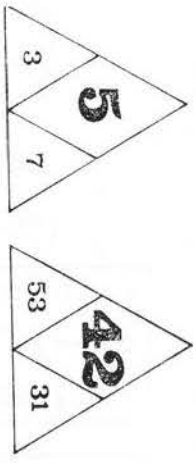


Fig. 42

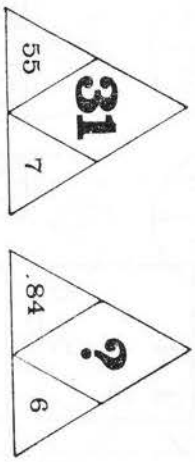
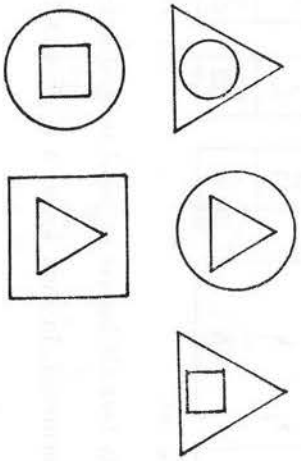


Fig. 43



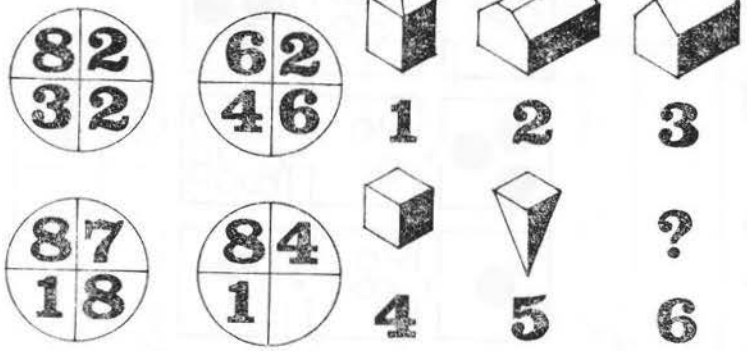


Fig. 44. *Fig. 45.*

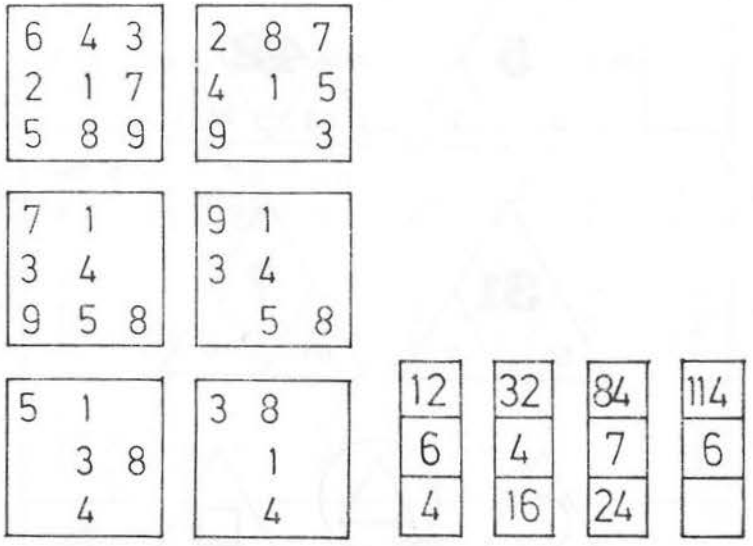
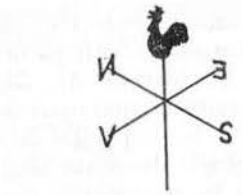


Fig. 46. *Fig. 47.*

I. Ce număr trebuie înscris în locul semnului de întrebare? (fig. 49)

J. Ce cifră urmează, în mod logic, a fi plasată în triunghi? (fig. 50)



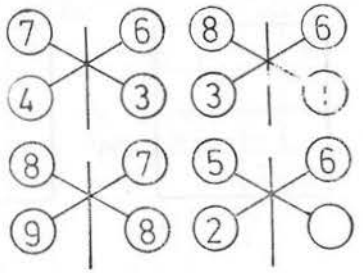


Fig. 48.

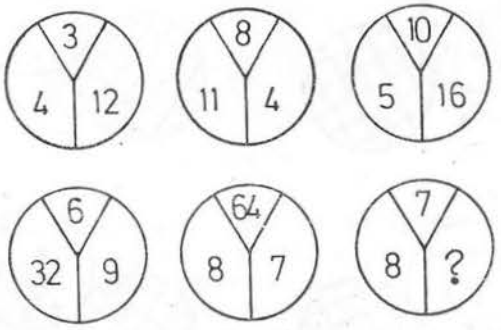


Fig. 49.

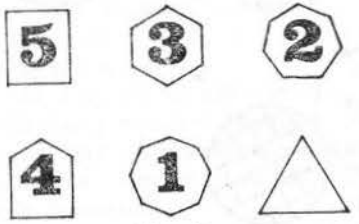


Fig. 50.

K. Înscrieți în locurile rămase libere din careurile desenate (fig. 51) numere care, însumate, atît pe orizontală cît și pe verticală, totalizează 21 (careul *A*), 34 (careul *B*), 34 (careul *C*). Nu folosiți numere mai mari de 9 și nici cifra 0. Pentru rezolvarea aveți la dispoziție 3 minute.

L. Priviți cu atenție cercurile desenate (fig. 52) și încercați să plasați semnele (x) în pătrățelele din cercul-pereche,

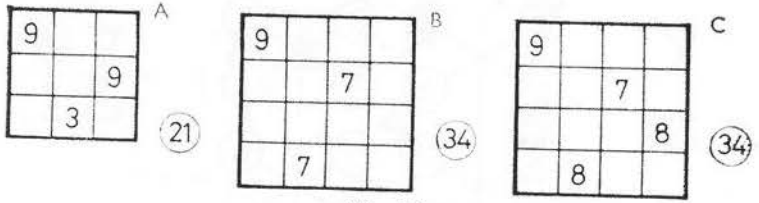


Fig. 51.

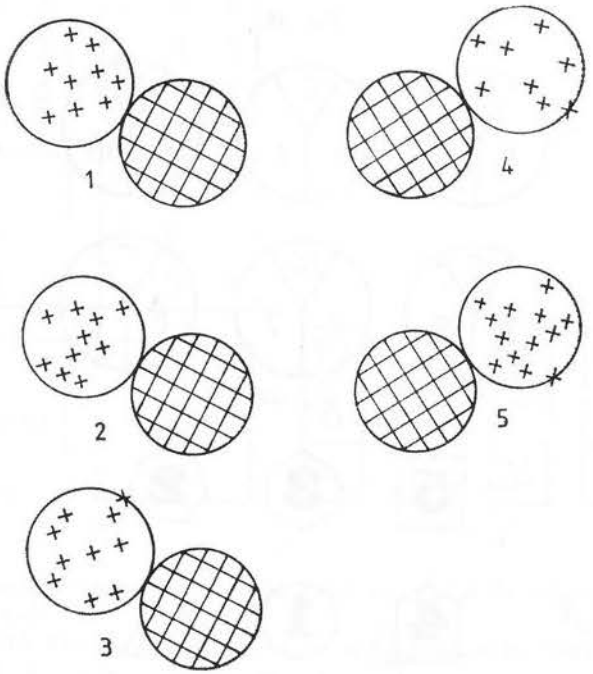


Fig. 52.

în același aranjament (vezi exemplu de rezolvare, fig. 53). Aveți la dispoziție 3 minute.

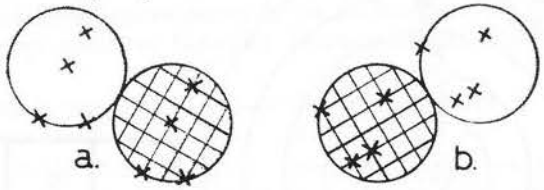


Fig. 53.

M. Fiecare din cercurile desenate (fig. 54) este divizat în mai multe secțiuni. Priviți 30 de secunde cercurile și alegeți-l pe acela care are cel mai mare număr de secțiuni. Atenție! Nu aveți timp pentru a număra secțiunile, în 10 secunde trebuie să vă decideți.

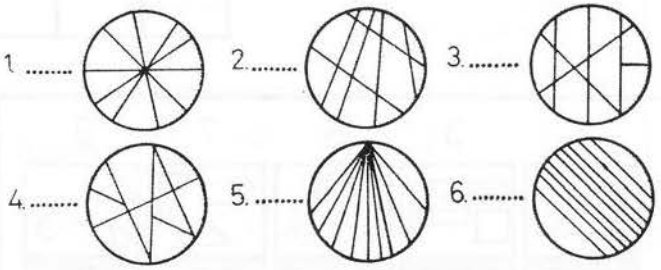


Fig. 54.

N. Unde trebuie să țintiți (fig. 55) și de cîte ori pentru a obține scorul de 100 de puncte?

O. Înscrieți în celelalte pătrățele (fig. 56) numere mai mici de 8, fără a repeta vreunul, astfel încît totalul fiecărui rînd atît orizontal, cît și vertical, precum și totalul diagonalelor să fie egal cu 15.

P. Piesele separate din cele 10 pătrate (fig. 57) pot fi asamblate în figurile din porțiunea hașurată. Avînd la dispoziție 25 de minute, fără a folosi linia, echerul sau compasul, indicați piesele din care se compun figurile plasate în dreptunghiurile hașurate.

(Rezolvările la p. 215)

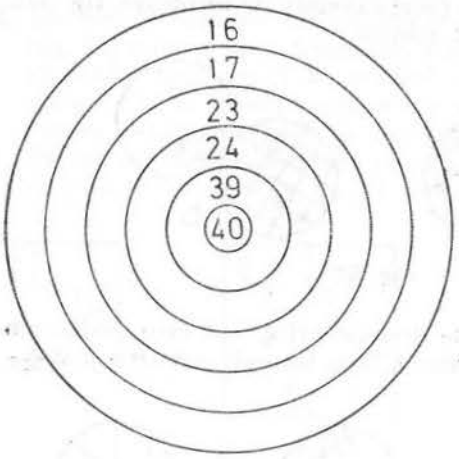


Fig. 55.

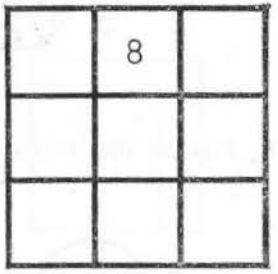


Fig. 56.

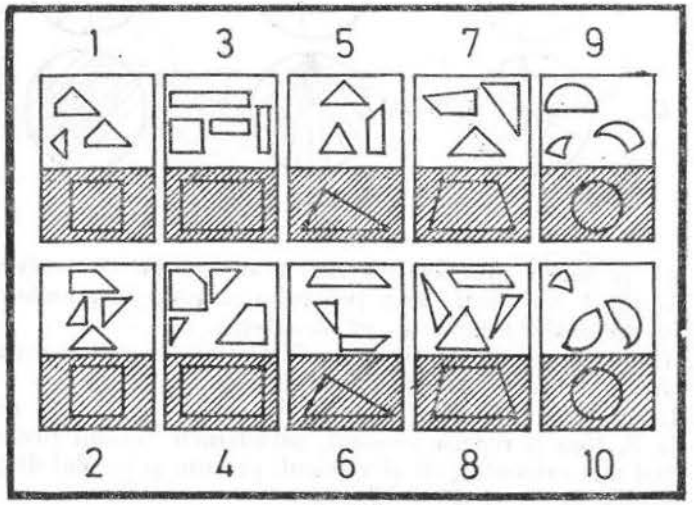


Fig. 57.

Care este nivelul creativității dumneavoastră?

Puteți răspunde singuri la această întrebare, încercînd să găsiți soluția la *testul de creativitate* (adaptat după W. Bernard și J. Leopold).

Instrucțiuni

• Scrieți sub fiecare desen de pe rîndurile *A*, *B*, *C*, *D*, *E* cifrele corespunzătoare figurilor geometrice din chenar (fig. 58)

• Figurile geometrice notate de la 1 la 7 intră în componența desenelor de pe rîndurile *A*, *B*, *C*, *D*, *E*.

• Nu toate figurile geometrice intră în componența fiecărui desen; nici o figură geometrică nu intră mai mult decît o singură dată în componența unui desen.

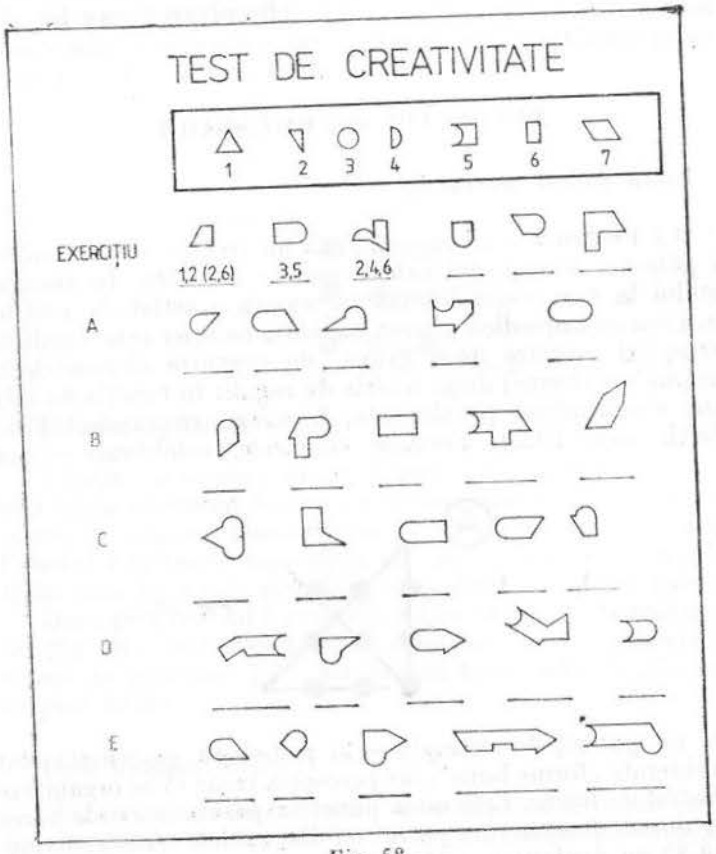


Fig. 58.

• Pentru unele desene sînt posibile două soluții; este suficient dacă notați doar una dintre ele

• Dacă nu găsiți rezolvarea corespunzătoare pentru un desen, nu stăruiți prea mult, încercați să-l rezolvați pe următorul.

• Începeți prin a completa rîndul cu desenele pentru exercițiu (fără limită de timp).

• Completați testul singur și cît mai repede posibil.

• Pentru a găsi soluțiile desenelor de pe rîndurile *A*, *B*, *C*, *D*, *E* aveți la dispoziție 10 minute.

(Rezolvarea pag la. 235)

REZOLVĂRI ȘI COMENTARII

Nouă puncte buclucașe

A) Pentru a rezolva problema nu trebuie să vă limitați la pătratul format din cele 9 puncte (fig. 59). În enunțul jocului la care v-am invitat nu există o astfel de restricție. Ceea ce împiedică aflarea rapidă a soluției este tendința percepției noastre de a grupa, de organiza elementele în ansambluri (forme) după o serie de reguli: în funcție de mișcare, similitudine, proximitate, frontiere, cauză-efect (Max Wertheimer, 1923). Formele simetrice, echilibrate — cum

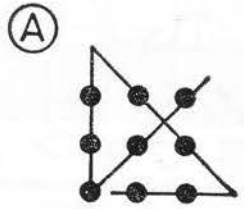


Fig. 59.

este un pătrat, de exemplu — în psihologia gestaltistă sînt considerate „forme bune", iar percepția tinde să se organizeze în astfel de forme. Cele nouă puncte separate între ele parcă s-ar mișca, desenînd un pătrat cu diagonalele trasate. Urmărind să nu depășiți suprafața pătratului nu veți putea nicio-

dată să uniți cele 9 puncte prin 4 linii drepte, fără a ridica stiloul de pe hîrtie. Pătratul însă nu există pe hîrtie, ci doar în mintea dumneavoastră. Priviți mai atent desenul și veți vedea doar 9 puncte, așa cum se și specifică.

B. De această dată, dificultatea soluției rezultă din conflictul dintre gîndire și percepție. La nivel abstract, noțional, prin punct se înțelege intersecția a două linii, figura geometrică plană fără nici o dimensiune. În plan perceptiv, punctul apare ca o pată mică, rotundă, detașabilă, pe un fond de o altă culoare. Dacă nu ați găsit rapid rezolvarea, în mod cert dumneavoastră nu ați operat la nivelul percepției, ci la nivelul gîndirii abstracte. Punctele desenate au un diametru foarte mic — este adevărat —, dar tocmai acest lucru permite unirea lor prin 3 linii în zigzag (fig. 60).

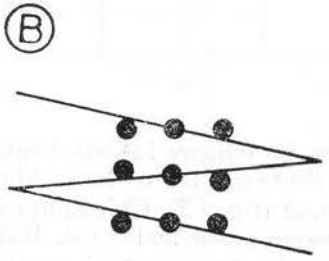


Fig. 60.

Eliberați prizonierul!

Soluția nu implică un grad prea mare de dificultate. Vă veți ajuta prietenul dacă vă veți deprinde să analizați atent condițiile impuse. Dumneavoastră vă aflați în afara clădirii. Punctul *I* (intrare) reprezintă un spațiu deschis, nu o celulă (prin care nu aveți voie să treceți decît o singură dată).

Deci, prin spațiul I aveți libertatea să treceți de mai multe ori (fig. 61). În instrucțiuni se cere doar să ajungeți cît mai repede la prizonier *(P)*, străbătînd toate celulele (fiecare o singură dată).

Cum ajungeți acasă?

Fiecare minut de întîrziere în rezolvarea situației pe hîrtie semnifică o oră în ploaie și frig. Trebuie să vă grăbiți să ieșiți din labirint. Nu veți reuși însă dacă veți privi labi-

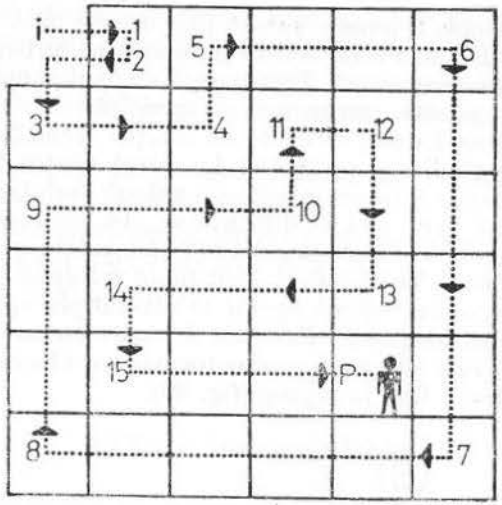


Fig. 61.

rintul ca pe o rețea de culoare întortocheate. Labirintul din desen este format dintr-o rețea de linii. Ajungeți acasă dacă urmați linia cea bună (fig. 62). Obișnuința constituie adesea o piedică în rezolvarea problemelor noi. Rutina ucide creativitatea. Nimeni nu v-a spus cum să considerați labirintul

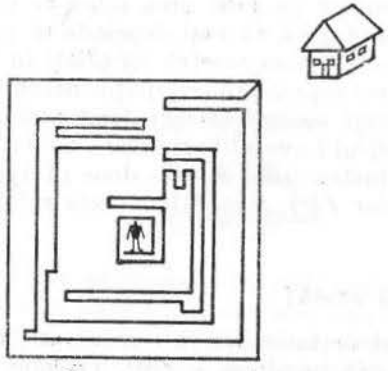


Fig. 62.

(format din culoare sau linii). Conform obișnuinței, proiectîndu-l în spațiu tridimensional, l-ați gîndit ca fiind construit dintr-o mulțime de culoare și... ați rămas în ploaie.

Jocul bețelor de chibrit

Rezolvarea jocurilor: *A* = fig. 63; *B* = fig. 64; *C* = fig. 65 și 66; *D* = fig. 67; *E* = fig. 68; *F* = fig. 69; *G* = fig. 70, 71, 72 și 73

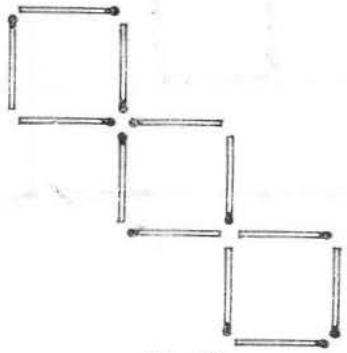


Fig. 63.

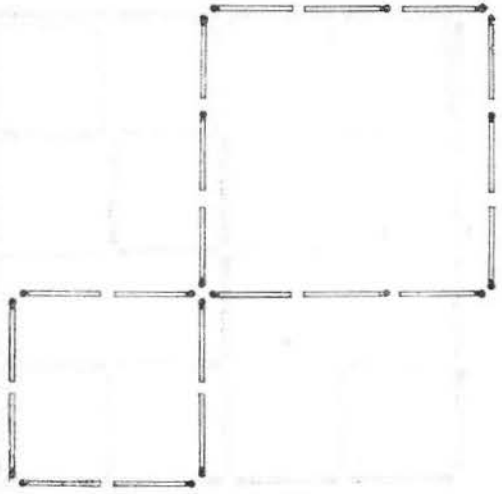


Fig. 64.

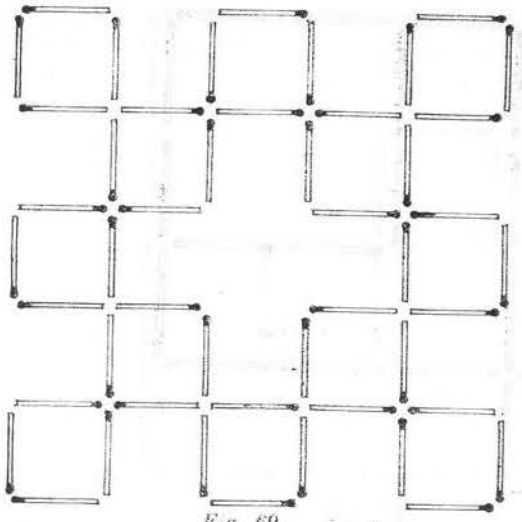


Fig. 69.

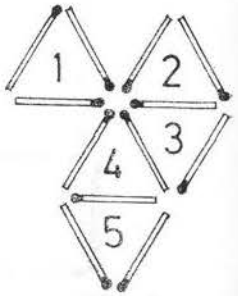


Fig. 70.

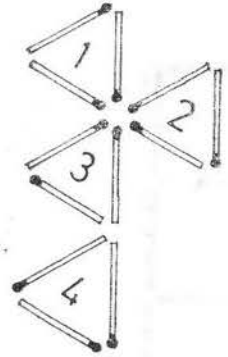


Fig. 71.

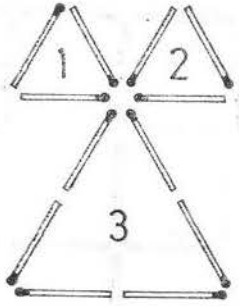


Fig. 72.

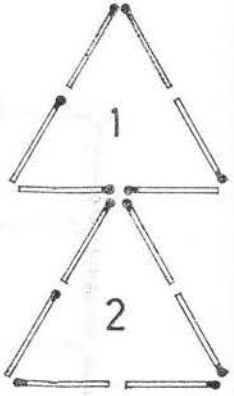


Fig. 73.

Ce fel de imaginație aveți?

Dacă ați totalizat peste *40 de puncte*, aveți, probabil, o imaginație bogată, curiozitate vie și o mare mobilitate de gîndire; sînteți, într-un cuvînt, o persoană „originală". Imaginația vă rămîne totdeauna trează. Iubiți paradoxul și vă caracterizați prin tendința de a privi lucrurile în ansamblu, fără a căuta consecințele imediate, de ordin practic. Aveți înclinație pentru abstractizare.

Obținînd între *25 și 40 de puncte*, dovediți un bun echilibru între vis și realitate. Posedați o imaginație puternică, foarte eficientă, ceea ce vă permite să abordați problemele fără complexe și inhibiții inutile. Nivelul aspirațiilor dumneavoastră se ridică la înălțimea aptitudinilor pe care le-ați dezvoltat. Sînteți o persoană dinamică, inventivă sau, altfel spus, un om „cu capul în nori, dar cu picioarele pe pămînt".

Dacă ați realizat *mai puțin de 25 de puncte*, s-ar părea că vă caracterizați printr-un temperament ponderat, o gîndire riguroasă, orientată spre observațiile de detaliu, spre concret. S-ar părea că evitați speculațiile abstracte, fiind atras de ceea ce este clar și bine definit. Curiozitatea dumneavoastră este îndreptată spre viața cotidiană, spre ceea ce este tangibil. Sînteți înzestrat cu simțul măsurii și al realității: vedeți mai degrabă copacii decît pădurea.

Cît de perspicace sînteți?

A) În locul semnului de întrebare trebuie plasat un dreptunghi, pentru că numai astfel se păstrează echivalența (dreptunghiul are valoarea 10 puncte, cercul negru 5, iar cercul alb 1 punct).

B) În rombul rămas gol, trebuie pus numărul 45, deoarece numerele înscrise în celelalte romburi reprezintă semisuma numerelor din triunghiuri.

C) În spațiul rămas liber trebuie desenat un cerc în interiorul unui pătrat, aceasta fiind figura care lipsește din seria formată din figurile geometrice cerc, pătrat, dreptunghi, înscrise succesiv unele în celelalte.

D) Numărul 2 completează ultimul cerc: se observă că în celelalte cercuri suma numerelor pe o diagonală reprezintă dublul sumei numerelor pe cealaltă diagonală.

E) Trebuie desenată o piramidă triunghiulară pentru că numărul fețelor corpurilor geometrice desenate descrește.

F) Dacă s-ar fi desenat și cel de-al șaptelea pătrat, ar fi trebuit să dispară cifra 3, plasată în colțul din dreapta sus.

G) În careul rămas liber trebuie trecut numărul 38, pentru că și în celelalte cazuri ultimul careu conține dublul sumei numerelor aflate în careul superior și mediu (114:6) × 2 = 38

H) Pe cea de-a patra giruetă, indicînd sudul, trebuie trecut numărul 3, pentru că totdeauna N + S = E + V.

I) În locul semnului de întrebare trebuie pus numărul 128 (64 × 2 = 128).

J) În triunghi trebuie înscrisă cifra 6, deoarece numărul laturilor figurilor desenate adunat cu cifra din fiecare poligon dă totdeauna 9.

K) Careurile *A*, *B*, și *C* se vor completa ca în fig. 74.

L) Rezolvarea corectă este dată în fig. 75.

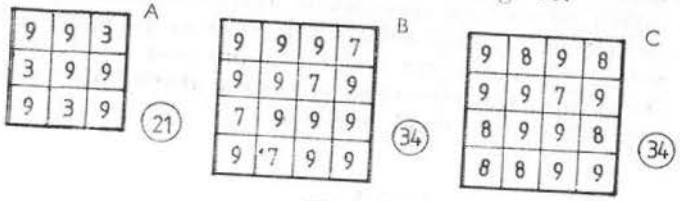


Fig. 74.

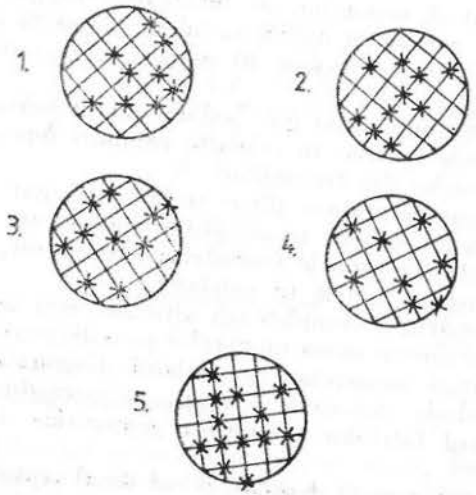


Fig. 75.

M) Cercul nr. 2 conține cele mai multe secțiuni.

N) Trebuie țintit de două ori în cercul cotat cu 16 puncte și de patru ori în cel cotat cu 17 puncte.

Nr	× 2	× 3	× 4
16	32	48	64
17	34	51	68
23	46	69	92
24	48	72	96
39	78	—	—
40	80	—	—

O) Pătratul se completează ca în fig. 76

4½	8	2½
3	5	7
7½	2	5½

Fig. 76.

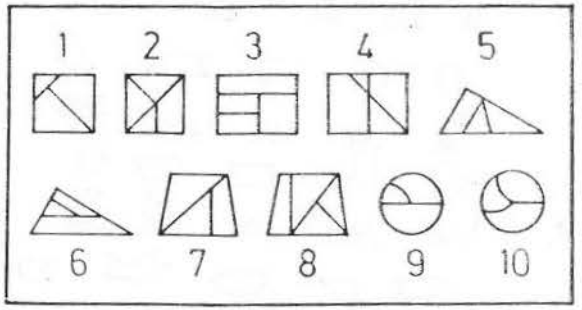


Fig. 77.

P) Rezolvarea corectă este redată în fig. 77. Pentru fiecare figură compusă corect primiți 2 puncte, iar pentru desenele nerezolvate bine scădeți cîte un punct din suma totală. Sînteți foarte perspicace dacă totalizați între 13 și 16 puncte. Dacă realizați un scor de 9—12 puncte, vă puteți considera

o persoană ingenioasă. Aveți un nivel mediu de ingeniozitate dacă obțineți 5—8 puncte. În fine, un scor de pînă la 4 puncte indică o ingeniozitate redusă.

Care este nivelul creativității dumneavoastră?

Pentru a stabili cît de creativi sînteți, procedați în felul următor:

• Acordați cîte 4 puncte pentru fiecare desen corect rezolvat (fig. 78).

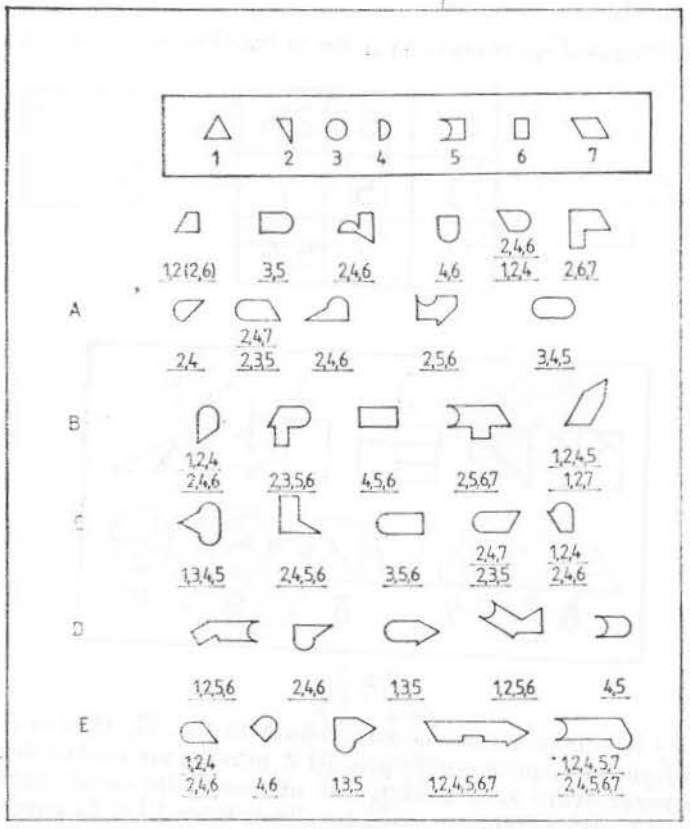


Fig. 78.

Dacă realizați între *90 și 100 de puncte*, felicitări, sînteți, foarte probabil, o persoană înalt creativă. Cu un total de *88—92 de puncte* vă situați între cei cu o creativitate remarcabilă. Sînteți o persoană mediu creativă dacă obțineți *80—84 de puncte*. Dacă nu ați totalizat decît *56—76 de puncte*, este cazul să vă mobilizați mai intens potențialul creativ, făcînd exerciții în acest sens. De asemenea, se impun eforturi serioase și sistematice de dezvoltare a creativității dacă ați primit *mai puțin de 54 de puncte*.

Oricare ar fi însă rezultatul la acest test, ca și la jocurile care sperăm că v-au amuzat, nu uitați că depinde numai de dumneavoastră să vă valorificați cît mai înalt intuiția, imaginația, inteligența, mai-general spus, potențialul creativ printr-o activitate productivă, utilă social, convinși fiind că *totdeauna și oriunde există un mod mai eficient de a face lucrurile*.

CUPRINS

CUVÎNT ÎNAINTE 5

CAPITOLUL I
DIN TAINELE MATERIEI SUPERIOR ORGANIZATE

1. REVELAȚIILE NEUROCHIMIEI CEREBRALE 6
   Transmisia chimică a influxului nervos 6
   Neurochimia cerebrală și afectivitatea 10
   „Morfinele cerebrale" și controlul senzațiilor dureroase 15
   Mecanismul neurochimic al depresiei psihice 18

2. DESPRE SOMN ȘI VISE 22
   Temperatura corporală și ritmul veghe-somn 22
   „Activare-sinteză" — o nouă teorie despre vise 29

3. SPECIALIZAREA FUNCȚIONALĂ A EMISFERELOR CEREBRALE 33
   Funcțiile emisferei drepte a creierului 33
   Lateralitatea cerebrală inversată: stîngăcia 43
   Ce determină specializarea funcțională a emisferelor cerebrale? 50

CAPITOLUL II
UNIVERS UMAN INTERIOR

1. UNICITATEA PERSONALITĂȚII UMANE 55
   Personalitatea — convergența perspectivelor 56
   Între universal și particular: tipurile de personalitate 61
   Determinările personalității: rol-status-urile sociale 67
   Implicarea socială — împlinirea personalității 74

2. CUNOAȘTEREA PERSONALITĂȚII: DE LA EXTERIOR SPRE INTERIOR — SPECULAȚIE ȘI ADEVĂR 84
   Putem cunoaște caracterul omului după figura sa? 84
   Liniile palmei ne dezvăluie personalitatea? 89
   Gesturile, postura și psihologia persoanei.. 97

3. AUTOCUNOAȘTEREA ȘI ACCEPTAREA PROPRIEI PERSONALITĂȚI 104
   Obsesia perfecțiunii și costul succesului 105
   Tabloul psihic al „perfecționistului" și măsurarea atitudinii perfecționiste 107
   Schimbarea atitudinală 111

4. ANTRENAREA PERSONALITĂȚII PENTRU SUCCES 114
   Cunoașterea principiilor memorării eficiente 114
   Dezvoltarea inteligenței prin învățarea limbilor străine 118
   Menținerea performanțelor intelectuale de-a lungul întregii vieți 122
   Eliminarea timidității 127
   Acomodarea cu psihologia examenelor..... 131
   Drumul spre înalta performanță 135

CAPITOLUL III
OMUL DE LÎNGĂ TINE

1. FAMILIA ȘI COPIII — UN UNIVERS EMOȚIONAL 144
   Socializarea copiilor 144
   Viața intimă a cuplurilor familiale 151

2. UMBRE ȘI PENUMBRE ÎN VIAȚA PSIHICĂ 157
   Comportamentul deviant și etiologia lui.. 157

Influențe interpersonale nefaste: victimologia 167
Agresiunea alcoolismului 171

3. PENTRU ECHILIBRUL VIEȚII PSIHICE 180
Sporirea rezistenței la stresul psihic 180
Deblocarea și stimularea creativității 184

CAPITOLUL IV
INTUIȚIE, IMAGINAȚIE, INTELIGENȚĂ: TESTEAZĂ-TE SINGUR! 194

Nouă puncte buclucașe 194
Eliberați prizonierul! 195
Cum ajungeți acasă? 195
Jocul bețelor de chibrit 195
Ce fel de imaginație aveți? 199
Cît de perspicace sînteți? 199
Care este nivelul creativității dumneavoastră 206
Rezolvări și comentarii 208

BIBLIOGRAFIE SELECTIVĂ 220

Lector : CONSTANTINA PALIGORA
Tehnoredactor : CORNEL CRISTESCU

Bun de tipar 8.V.1986. Apărut 1986.
Comanda nr. 2654
Coli de tipar 14 planșe

Tiparul executat sub comanda nr. 60094
Combinatul poligrafic „Casa Scînteii"
Piața Scînteii nr. 1 — București,
Republica Socialistă România